
旅游知识 (二十七)

黄兵明 主编

北京银冠电子出版有限公司

目 录

格木自然生态保护区.....	1
巴山积雪.....	5
巴塘藏戏.....	1 2
木格措风景区.....	1 4
塔公自然保护区.....	1 6
四月八转山会.....	2 7
理塘：世界高城.....	2 7
格聂风景区.....	2 8
毛垭大草原.....	2 9
风情提示.....	3 2
泸定：一个美丽的开始.....	3 5
海螺沟冰川森林公园.....	3 6
贡嘎山自然保护区.....	3 9
茶马古道史话今说.....	4 2
拉萨.....	4 9
八廓街.....	5 0
楚布寺.....	6 6
种痘碑.....	6 8
关帝庙.....	7 0
聂唐寺.....	7 5
班公湖.....	8 1
古格王朝.....	8 2
东嘎皮央.....	8 6

鬼湖.....	8 8
圣湖玛旁雍错.....	9 5
珠穆朗玛峰.....	1 0 0

格木自然保护区

位于县城以东波密乡境内，由格木草原、扎哇拉山、充本拉山、罗措仁湖、格聂山等景区组成，集雪山、冰川、华山、森林、草原于一体，以其晶莹的现代冰川、雄奇俊秀的山峰、广袤的原始森林以及旖丽的牧区草原等独特的自然景观而著称。景区“一日四时季，十里不同天”的自然奇观，以它特有的气候带和植被带呈观出鲜明的景区特点。

格木草原是县境最大的牧区草原，地势起伏，雪山林立，与森林共生共溶，春末夏初，格木草原春光明媚，水草丰茂，种类繁多的鲜花相继开放，有大叶杜鹃、小叶杜鹃、木兰花、报春花、百合花等数十种。盛夏茫茫草原上山花烂漫，绚丽多彩，恰似游戈在花的海洋，令人心醉神迷，流连忘返。晨曦初露，分布在牧场各处的帐篷里炊烟袅袅，散发出扑鼻的奶香、茶香、酥油香。看着放牧的牧民，时而还可听到远处传来悠扬的牧歌声。格木草原还盛产贝母、天麻、虫草、子母、黄芪、大黄、松茸、野人参果等许多天然名贵药材。

格木景区的森林资源也非常的丰富，森林面积占景区的三分之一以上，伸入景区最低处，融原始森林、草原、珍稀动植物于一沟，构成了壮丽奇特的景观，

它是迄今发现的从未开采过的县内最大、保存最完整的一处原始天然林自然生态系统。在茂密的原始森林中生长着从温带至亚寒带的所有植物带谱，各类植物种类独自成林，交相辉映。如高山松林、冷杉林、高山栎林、高山松柏林、杨桦林、落叶松林、高山灌丛林等植物近千余种。这里种类繁多的植物群落，为野生动物提供了良好的生存条件，成为野生动物的天然乐园，境内生存着动物达 400 余种，珍稀动物有盘羊、黑熊、马熊、雪豹、藏马鸡、岩驴、白雉鸡、绿尾虹雉、獐、鹿、猴、野猪等等，漫步于林间，各种珍禽随处可见，令人心喜若狂，惊喜万分。

景区内分布着大小不一、高低错落的许多山峰，海拔在 4000 米以上的就有十多座，山势雄伟，重峦叠嶂，怪石嶙峋。其中有一个充本拉山，意为“商人之山”，位于景区西北面，又叫小朔山，是大朔山的左岭脊，海拔 5186 米，昔日到理塘必须途经此地。这座小朔山，以它高、峻、险的特点直插云霄阻挡在人们眼前，这里的藏民们只要途经此地便会想起充本阿里的故事。

相传，充本阿里是一个经常往返于藏区到雅安富商的富商。有一次与运货人途经此地停下喂马休息，充本一路都对运货人的骡马十分眼红，充本便说这座小朔

山看上去虽然不那么高，但登者必死。后充本甘以货品为赌注与运货人打赌，运货人为了不得罪充本，也勉强表示同意，以骡马为注，二人商定由运货人先登。运货人利用小木桩钉入石缝爬上了这座山，返回的途中便将小木桩一一拔出扔掉，回到了山脚。充本心想这个傻瓜行我为什么不行，便去登山了，到了夜晚也不见充本回来，后来在运货人寻找的途中，发现充本早已死在了山谷里。所谓“羊毛做成的牧羊鞭，缠住了山羊的脖子”，这句话是藏民们对充本阿里的一名讽刺谚语，也是对那些心存恶念的人的警告。因此，人们把小朔山改名为充本拉。为免受冰雹袭击，人们经过此山时，谁也无心观山望景，而都忙着解下骡马颈项上的铃铛，收拾好容易发出声响的物品，屏住呼吸，只想尽快离开这个地方。

在格木景区还有一个猪蛇大战坝的故事，既有趣而又觉得非常神秘。传说在定曲河上游的山沟里有一头猪魔，经常鱼肉百姓，弄得当地人民不能正常的进行生产生活，在河的中游有一条巨蟒也是那样，时常因为争夺地盘和食物而大大动手，不分胜负，每次争斗把大地弄得地动山摇，天崩地裂，住在这里的人们被它们吃的吃、跑的跑，安宁不得。此事被正义之神格萨尔得知，格萨尔迅速来到此地，将两个正在争斗

的魔王收复，除掉了当地两霸，在它们各自头上压上了永世不得翻身的白塔，然后将一支神箭射穿了它们中央的那座山峰，以此为界。至今在它们大战的平坝上，猪魔和巨莽的身型和头上的白塔仍然清晰可见，在它们的中央还有一个直穿云峰的巨洞。现在人们安居乐业，幸福地生活在这片美丽富饶的土地上。

格木风景区的传说很多，如辛昌的拿着烟斗的老头以及格萨尔扬鞭引水的故事等等说之不尽。

牧区因其逐水草而居的生产特点所致，居住难以固定，部分牧民在冬季牧场上筑有简易藏式平房，而夏季为了便于放牧于肥美的大草原，因而四处迁徙，常以帐篷为居住地，集饮食、住宿于一室。近年来，在党和政府的关怀下，部分牧区已建起了较为集中固定的冬季用房，四周都是由圆木垒叠而成的叫“棒柯”的房屋。不是为景区内一道亮丽的风景。定曲河自北向南从森林、草原间穿梭而过，与牧场的木屋交相辉映，构成了一幅原始而又迷人的景色，令人们进入返朴归真的境界。

格木自然生态保护区是一个资源丰富而有待开发的处女地，也是探险登山旅游爱好者的最佳去处，更是旅游者心目中的向往之地，人间仙境。

金沙江峡谷

巴塘境内的金沙江峡谷地带平均海拔 2300 米，所处纬度比成都还略低一些，这里受湿气影响，四季温暖如春，被人们称做藏区的“高原江南”。其独特的地理位置与气候特征，造就了峡谷内雄伟、壮丽、险峻、奇特的自然景观。三月的高原上，群峰冰雪尚含冰，山岭草地、水泽林藪之间都是光秃秃的，呈现出一片枯黄的颜色，然而加上了蓝天和雪山后，虽然是一派冬天的景象，却仍不失其雄浑、壮美！

巴山积雪

巴山，藏名喇嘛多吉，即金刚神山之意，位于县城东南郊的日车山和东隆山之间，那横亘逶迤的山峰高耸峻峭，平均海拔 3000 米以上，最高峰海拔达 4648 米。峰颠终年积雪，常有云雾缭绕，晶莹剔透，恰似一个满头银丝的老者目不转睛地俯瞰巴塘城廓。巴山多险峰胜景，沟壑嶙峋，尤以最高峰四季如玉、冰天共色、银光闪烁而闻名遐迩，早在清代，人们就把它命名为“巴山积雪”，列为巴塘八景之一。光绪三十三年（1907 年），到巴塘任川边学各局总办的吴嘉漠看后，诗兴大发，赞曰：“群山为座地为盘，天外飞来白玉鸾，久被太阳熏不化，时时当作水晶看”。民国二年（1913），刘赞廷代理县知事时，也对“巴山积雪”赞不绝口，并赋诗一首：“玉柱银桥镇发寒，烟霞倚

岫在峰峦，冰天一色乾坤滞，留作人间当画看。”

“巴山积雪”历来为文人墨客所赞美，而每到冬春季节，雪景就更加壮观，特别是春暖花开时节，白雪皑皑的巴山与河谷、平坝的桃花、李花、杏花、梨花、格桑花以及田野平畴的麦苗、野草、巨树交相辉映，形成一种瑰丽的奇观，常令人叹为观止，流连忘返。

古桑抱石

古桑抱石又名“蟾影”，位于县城北部甲日龙的对面。在一块两米多高的巨石上，上面长着一株高达 10 余米的桑树，树冠掩映着 200 多 km^2 的地面。树根盘石入地，树干粗壮，枝繁叶茂，苍劲挺拔。该树已不知送走了多少个寒来暑往，迎来了多少个冬去春来，当地人视为神树。据传说，这棵桑树本是月宫中的桂花树，这块巨石原是桂花树下的一只蟾蜍，“古桑抱石”就是月宫中桂花树和蟾蜍投下的影像。因此，清嘉庆丁巳年（1779 年）驻巴塘粮务辛文彬在巨石上镌刻上“蟾蜍”二字，墨迹仍清晰可辨。光绪末年，吴嘉谟题诗赞曰：“丰壁东南一大观，抱桑盘石奠巴安（巴塘时称巴安），物犹如此人堪羨，怎不屡经贼胆寒。”民国二年，刘赞廷也兴诗作赋：“悬根盘石奠巴安，半壁西南化紫坛，一瓣馨香凭父老，行人莫作画图看

”。1986 年被列为县级文物保护单位。

岁月沧桑，她仍风姿绰约，枝叶婆娑，玉立婷婷，她不仅是巴塘城郊的风景名胜，而且已成为巴塘县的重点文物保护单位。

桃园赏花

桃园，即桃园子、桃园村，位于县城南西四里许的川藏公路，该地地势低洼，紧靠巴曲，花草烨然，桃李复疏，尤其是桃树遍及山坡、路旁、田畴、庭院，故名“桃园”。

桃园丝毫不逊于陶渊明笔下的《桃花源记》的桃园，夹岸数百步中不杂树，芳草鲜美，落英缤纷。每值春日，一棵棵桃树猝然染上了满枝盈嫩的粉红，妩媚诱人，旖旎温馨；碧野平畴上绣满了簇簇群芳，正如朱自清所说：“红的象火、白的象雪、粉的象霞”，争奇斗艳，流光溢彩，和煦的春风中，阵阵花香，沁人心脾，如痴如醉，如果你步入桃园花海徜徉，定会钻一头花粉，惹一身芳菲，让你爽心惬意而归。有文人懒兵为此题诗赞曰“南山绿柳几番新，惹得芳菲无限颦，桃李千株齐待舞，散香不让武陵春。”

桃园作为巴塘城郊的一景点，春时，绵团般的桃花掩映着古朴端庄的橙黄色藏房，一沟潺潺的溪水上漂浮着柔嫩的花瓣，捧一捧溪水，掬一把芬芳，串上

一组幸福的神话，引发游人悠悠的思绪。

柳林较射

柳林较射又名柳林子，位于县城西南二、三里的巴曲河西岸。因其南端有一股龙眼泉清澈甘冽，建过一座龙王庙，习称“龙王塘”。

龙王塘依山傍水，有一近 80 亩平坦、开阔的平坝。坝内绿草茵茵，花团锦簇，树木茂盛，特别是沿巴曲河畔的柳树成片成荫，婀娜多姿，恰似一幅天然美景。自清以来，寺庙喇嘛常聚于此诵经，演藏戏，民众称作“雅勒羌”（雅勒，即藏观。羌表演）每年春季，土司头人常在此习兵练武，骑马射箭，并冠以美名“柳林较射”。夏季则携食箪，酒醉歌尽，尽情狂欢，曰：逛柳林子。民国初年巴塘代理知事齐赞廷赞曰：“讲武当年事已迁，空留迹址忆前贤，一湾绿水千株树，避暑人为九夏天”，一腔怀古之悠情。

现每年农历八月十五前后，巴塘及周边各族群众，都会身着华丽的盛装，带着帐篷和丰富的食品来龙王塘安营扎寨，度过七至十天的“雅勒节”（解放后称“雅勒羌”为“雅勒节”），此时的龙王塘，帐篷如云，店摊如林，彩旗如画，歌舞如潮，仿佛是沸腾的海洋。巴塘八景中，尚有“板桥垂钓”，“温泉沐浴”、“烈士陵园”等供游人观瞻凭吊。

鹦哥嘴石刻

座落在城东二公里以外的山沟中，有清末民初以来的鹦哥嘴石刻群，可以说是在巴塘漫长的历史沿革过程中最为完整的历史记载。如吴嘉谟题的孔道大通字样；有凤都护殉节处迹址；宣统元前罗长倚题的易简师超；陆军中将统领川边巡防全军顾公品章先生题的遗爱在民；以及去思碑、德政碑、竺国通衢、凤都护殉难士兵碑记等等，是巴塘历史的真实写照。1986年被列为县级文物保护单位。

温泉沐浴

城东三里外，沿小巴河逆流而上，有温泉一处，温度适宜，每年春夏男男女女都带上酒肉，沐浴后就吃个痛快。这个温泉对各种关节炎有较好疗效。绿水浮萍艳莹光，洁身人去话芬芳，东风不限瑶池浴，软玉温香共一塘。

古柏树

清朝顺治十六年（1659年），西藏五世达赖派员到巴塘修建丁宁寺（现康宁寺），竣工后，其周围种植柏树 57 株，迄今已有 341 年历史，翠柏环绕康宁寺而傲然屹立点缀鹏城。古柏是国家重点保护文物，也是巴塘县城内的一大景观。1986 年被列为县级文物保护单位。

暖石回阳

城东北两尺多平地，一石高丈 1 米，这就是人们所称的暖石回阳，身生碧磷，每值斜阳，霞光万道，一奇景光，此石敲一下会发出铛铛的声音，这声音非常的独特。所以，"奇石生磷分外光，彩霞十丈斗斜阳。补天若得女娲炼，多少玲珑飞上苍"是暖石回阳的写照。

风情提示

雅勒节

雅勒节是根据解放前龙王塘地区一种于初夏和盛夏时节各演一次的巴塘藏戏演变过来的。这两次演出原来被人们称作"雅勒羌"，后来根据时代发展的需求，县人民政府将"雅勒羌"改为"雅勒节"，成为巴塘地区的传统节日。每年农历八月节日期间，县藏戏团都要在龙王塘举行为期七天的演出，也叫庙会，有面具舞、跳神等活动，同时还有物资交流会等。巴塘的藏戏久负盛名，有"雪山牡丹"的称号，文化界人士极为喜爱。

燃灯节

又称"五供节"，藏语叫"噶登安曲"。每年藏历十月二十五日举行，为期 1-2 天。是格鲁巴塘区内藏族人民的传统宗教节日。

藏历十月二十五日，是藏传佛教格鲁派（俗称黄教）创始人宗喀巴大师圆寂成佛的日子。为了纪念这位杰出的宗教领袖，藏区各黄教寺庙和信徒，于藏历十月二十五日举行诵经、磕头、灯供仪式等隆重的祭祀活动，祭祀宗喀巴大师在天之灵，祈愿大师赐予善良的人们以吉祥幸福。

赛马节

举办时间为藏历六月。届时巴塘各地的骑手和民众齐聚措普沟，赛前有撒龙达、跳锅庄、弦子等活动。节日期间的民众全都身着盛装。巴塘马术在康巴地区非常出名，可与藏区任何地方的马术媲美。

巴塘热巴

热巴是一种综合性的民间文艺，集戏剧、歌舞、说唱、杂技为一体，讲究技巧。最为经典的是铃鼓舞，舞者情绪奔放。通常男舞者执铜铃，女舞者执手鼓，绕圈走动，节奏铿锵有力，舞姿潇洒、粗犷。

弦子

巴塘弦子是一门寓诗、琴、歌、舞于一体的综合艺术，表演时不拘人数，少则几人、十几人，多则几十甚至几百上千人，都可同欢共舞。一般在庆典、节假日、婚嫁、劳动之余、秋收前后、耍林卡等时候跳得最好。人们用歌舞表达着自己的各种感情活动--欢

乐、悲哀、忧郁、希望、追求，以及许多难于用普通语言表达的心理状态。可以说巴塘几乎家家有舞，人人能跳，巴塘人是跳着弦子，挥舞着红袖长大的。巴塘弦子是藏区弦子的起源。弦子又分为城区弦子、庆典弦子、乡村弦子等。弦子藏语听“谐”，是歌舞的意思，它的全称叫“嘎谐羌”，意为圆圈舞。巴塘弦子是一种群众性的集体舞蹈，男一排，女一排，在一个或多个扑克制的羊皮胡琴的伴奏下，绕圈边唱边舞。通常，选取是轻歌曼舞，尔后节奏逐渐加快，音乐也越来越紧凑，在推向快节奏的高潮后，但结束一首曲子。其歌词寓意深刻，具有浓郁的乡土气息。歌词内容根据舞蹈的场合、观众、时日的不同，分为“祭歌”、“团聚歌”、“欢歌”、“悲歌”、“情歌”、“风土人情歌”等6种类型。巴塘弦子的风格也有几种，如县城一带的舞姿舒畅飘洒、优雅俊逸，东部地区的动作典雅古朴、委婉轻柔，南部地区的跳法则显得粗犷豪放、明快矫健。

巴塘藏戏

藏语称作“江嘎冉”，分舞台与草坝演出两种，讲究化妆，所谓化妆就是头上戴面具，身穿彩色长绸袍，腰系多折皱短裙，仙女们头上插有各式珠钗、玉，对神话传说中的邪恶形象尤为注重脸谱的夸张。表演者

根据自己所扮演的角色，保持一种唱腔，一唱到底，并以妩媚、豪放、可厌、凶猛、幽默、恐怖、恻隐、温和等多种表情来表现人物的内心世界。

巴塘藏戏的表演程序有四个比较固定的程式。开场为序幕，藏语称“扎西协哇”，主要是祝贺节日吉祥如意。然后在正戏开演之前会有一段歌舞，并向观众介绍演员，预告剧目及其内容，这部分称为“温巴”。第三部分才是正戏，藏语叫做“雄”，一个剧目长则演一两天，短则演两小时。最后尾声部分，藏语称“扎西交”，基本上是一个迎福祈祥仪式，也有歌舞，更重要的是接受观众的捐赠，同时还要宣读捐款数目和捐款人姓名，以表示谢意。康定：汉藏走廊第一城

跑马溜溜的山上，
一朵溜溜的云哟，
端端溜溜地照在，
康定溜溜的城哟……

康定历来被称作汉藏走廊第一城，是甘孜藏族自治州州府，经济文化中心，自古就是藏区通往中原地区的门户。它是茶马古道上的一个重要通道，可以想象当年有多少马帮商贾从这里经过，在这里停驻、交易、或去到更远的地方，与异邦交换他们的货物。

在旅游还是一件奢侈之事的年代，康定的美名就

随着这美妙的歌声传遍大江南北。这座在高山峡谷中的城市因着山清水秀，加上蓝天白云的映衬，显得妩媚动人。

不想远行，就在康定驻足，仍能让你真切感受藏地风情。每年农历四月初八的转山会是感受民俗和观赏服饰，歌舞的好机会。若在平时，你可在塔公草原上与牧民自由交谈，或到藏民家中作客。从木格措骑马到塔公，是放飞心灵的一种玩法，悠哉游哉地欣赏旷野里的景色，在炊烟袅袅中走过一座座帐篷，听着风中传来的地道的《康定情歌》，嗅着酥油奶茶的香味，细细体味，方觉世间如此宁静祥和，纯粹的山水与风情之旅会让你在生命从此美丽。

木格措风景区

位于康定县城东北的雅位乡境内，距县城 26 公里，海拔 2900-3800 米，面积 500 平方公里。景区由杜鹃峡、赛马坪、七色海、药池森林、温泉、雪峰、叠瀑、奇山异石组成景区独特秀丽的景色。木格措周围有红海、白海、黑海等 7 个卫星湖及松杉和杜鹃林带，以及由折多山 37 座雪峰组成的山、水、气、声景区，景区面积为 50 平方公里，规模宏大，著名的景观有“石虎卧山”、“木格潮汐”、“叠瀑飞泉”等。由构造活动形成的长数公里、宽 1 公里的冰碛石河，既