

# 新民晚报 | 新民旅游 / 出行优荐

1933年,英国人詹姆斯·希尔顿的长篇小说《失去的地平线》,描述了远在东方群山峻岭之中的一片人间殊美之地——香格里拉,那里有纯净无比的雪山,如海似浪的蓝天白云,遍野开放的高原杜鹃,矗立地平线上的藏传佛教寺院,经幡飘飘,神秘幽静。后来人们惊讶地发现,迪庆中甸竟与书中描写的“香格里拉”惊人的相似。2001年底,经国务院批准,中甸改名香格里拉,去年底升格为市。

别处的风景,只能让人惊艳,而唯独香格里拉,那种美直抵心灵。一生中你必得去一次!

香格里拉位于滇川藏三省区交汇处,即举世闻名的“三江并流”风景区腹地。非凡之地必有非凡之貌。青藏高原的沙鲁里山脉由四川甘孜而入,从东西两侧包围而来;金沙江流至此,突然于丽江石鼓间掉头向东,生生把这里塑成两头窄、中间宽的地形,“雪山为城,金沙为池”,气势雄伟。

香格里拉东与稻城、木里接壤;西、南与丽江、维西县隔金沙江相望;北与德钦一衣带水。境内雪山耸峙,草原广袤,河谷深切。海拔在4000米以上的雪山有470座,山山气势磅礴,姿态万千;“高山急峡雷霆斗,枯木苍藤日月昏”,虎跳峡气势磅礴;“一线中分天作铗,两山峡斗石为门”,苍凉的茶马古道上的许多石门关及滇西奇观的色仓大裂谷,绝妙无比。在雪山深处的草原腹地,还有碧塔海、属都湖、纳帕海等无数清幽宁静、深邃神秘的高山湖泊,湖水清冽纯净,植被完整,未受过任何污染。白水台及下给温泉、天生桥温泉、上桥头温泉等,组成一幅名泉溪流图,成为中国最大的华泉台地。长江第一湾在这里打拐,由此画出一幅江南图——垂柳依依稻香氤氲,小桥流水人家;云南最广阔的牧区也在这里,草原千里,牛羊成群,牧歌处处,风情醉人,是藏民心中的吉祥如意宝地。

## 人间仙境普达措

如果说有人间仙境,普达措便是。普达措为国家级自然公园,位于滇西北“三江并流”世界自然遗产中心地带,距香格里拉市区25公里,由国际重要湿地碧塔海、属都湖景和霞给藏族文化自然村三部分组成,总面积约300平方公里。公园内有明镜般的高山湖泊、水美草丰的牧场、百花盛开的湿地、飞禽走兽时常出没的原始森林。此外,还有多处断层崖、林间小涧、深沟峡谷等独特小景交错分布。

到了普达措,当然必游碧塔海。碧塔海历史上曾经是被水淹没的凹陷地带,第四纪随西藏高原强烈抬升而形成,为云南最高的湖泊。雪山溪流汨汨流入,湖水碧蓝,雪山树影倒映;湖中有岛,生长着云杉、高山松、高山栎、白桦、柳等。

五六月是碧塔海最美的季节,湖畔的杜鹃花盛开了,漫山遍野,绚烂无比。从杜鹃花海中向外望去,成群的牛羊悠然徜徉于鲜花点缀的草甸上,湖光与草原由此相映成趣。

碧塔海中有第四纪冰川时期遗留下来的物种——碧塔重唇鱼,据说肉质非常鲜美。但藏民不吃,把它奉为神鱼,并认为能看到神鱼的人就是非常幸运的人。

属都湖距碧塔海十多公里,四周青山郁郁,不远处又有广阔的牧场,水草丰茂,每年春夏之际,成群的牛羊游弋于湖畔,草原上牧棚星星点点,牧笛声声,让人深切地感受到高原人闲放、悠游的生活情趣。

霞给藏族文化自然村位于属都湖、碧塔海和白水台旅游环线上,是通往香格里拉各主要景区的必经之地,也是香巴拉文化走廊的第一站。村依山傍水,双桥河穿村而过,村内一律的藏式民居,随处可见佛塔、玛尼堆、经幡和护法天柱等,风景如画。游人在这里可以体验藏家生活——吃酥油糌粑,跳激情奔放的锅庄与弦子舞。

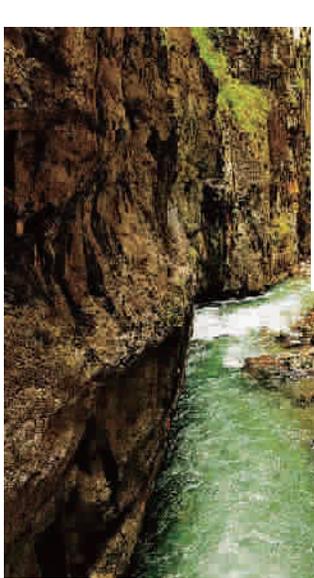
**小贴士:** 香格里拉客运站每天有一班去普达措的班车;也可乘开往双桥的班车,从双桥骑马至碧塔海。一路风光甚好,而且骏马扬蹄,穿林过溪,感受非同一般。从碧塔海到属都



一生中你一定要去一次的地方——

# 地平线上的香格里拉

文 / 弯儿



湖建议骑马,正好看草原风景。春夏时节,属都湖畔有花海。霞给村有一系列手工作坊,全是面临失传的藏族传统手工艺,非常独特、漂亮。

## 世界上最窄峡谷虎跳峡

湍急的金沙江流经石鼓镇长江第一湾之后,忽然掉头北上,从哈巴雪山和玉龙雪山之间的夹缝中硬挤了过去,形成了世界上最壮观的大峡谷——虎跳峡。

虎跳峡全长16公里,分上虎跳、中虎跳、下虎跳,南岸玉龙雪山主峰海拔5596米,北岸中甸雪山海拔5396米,西面为哈巴雪山,峡谷垂直高差3790米,江流最窄处,仅30余米,相传猛虎下山,在江中的礁石上稍抬脚,便可腾空越过,故称虎跳峡。峡内礁石林立,有险滩

21处,高达10米来的跌坎7处,瀑布10条。

从哈巴雪山一侧进入虎跳峡,这一段为上虎跳,风光最为壮丽,有二十八拐,被称为藏地天堑。在此,数百米宽的江面陡然收缩成十来米的激流,两块巨石隔岸矗立,水从上面轰然而下,撞碎的浪花闪现出七彩之色。这种荒野之美,动人心魄。

**小贴士:** 从海拔3300米的香格里拉市一路行驶,沿途经过风光美丽的高原藏区(主要是小中甸)、彝族居住的高山区、纳西族居住的低山区,就来到了海拔仅1800米的虎跳峡镇。沿途路况非常好,均为柏油路面。虎跳峡镇不大,但满街的餐厅、旅馆很显然是为来此的旅游者准备的,房价从20元到80元不等,用餐方便但比较贵,一定要先问清楚价格再点菜。

## 游侠隐居地香格里拉大峡谷

香格里拉大峡谷也叫“巴拉格宗”,位于香格里拉市西北80多公里处的尼西乡,因峡谷一头名“香格里拉”,另一头叫“里拉”,故名。峡谷尽头海拔5545米的巴拉格宗雪山是康巴地区的三大神山之一。据说《消失的地平线》一书中所说的“蓝月亮峡谷”就是这里。

香格里拉大峡谷壁高1000多米,最宽处80米,最窄处仅10余米,可谓“一线中分天作铗,两山峡斗石为门”。碧让河水从千米深的碧壤峡谷中冲出,在2.5公里长的悬崖绝壁间,形成汹涌的激流,轰鸣如雷,激起的水雾直冲云天,让整个峡谷笼罩在云雾之中。整条峡谷多奇景,如喀斯特溶洞——赤土仙人洞,洞口石壁上天生一个脚印,五指俱全,被视为世间少有的奇特景象,另有一“喊泉”,泉眼深藏洞中,人到洞前大喊数声,一股泉水从洞中喷涌而出,其味甘甜,据说还能治病。大峡谷直耸云天的绝壁上,分布着岩画,那各种各样的图形,其表达的意义,至今是个谜。富于传奇色彩的惊险奇境,使香格里拉峡谷成了探险者和江湖游侠隐居之地。

**小贴士:** 香格里拉大峡谷景区3-4小时,景区有环保车,一共3站:巴拉村、走峡谷栈道、通天峡。建议走栈道,长2公里,能感受峡谷落差,还有这里的水翡翠般绿,很美。

## 小布达拉宫松赞林寺

松赞林寺位于香格里拉市5公里处,是云南规模最大的藏传佛教寺院,也是川滇一带的黄教中心,依山而建,外形犹如一座古堡,被誉为“小布达拉宫”。

该寺又称归化寺,于公元1679年兴建,公元1681年竣工。五世达赖喇嘛亲赐名——噶丹·松赞林。与藏传佛教建筑样式相同,松赞林寺的扎仓、吉康两座住殿高高矗立在中央,八大康参、僧舍等建筑簇拥拱卫,高矮错落,层层递进,立体轮廓分明,充分衬托出主体建筑的高大雄伟。主建筑扎仓,藏语意为僧院,是僧众学习经典、修研教义的地方。后殿供奉有宗喀巴、弥勒佛、七世达赖铜佛,高三丈有余,直通上层。中层有拉康八间,分别为诸神殿、护法殿、堪布室、静室、膳室等。前楼客厅供贵宾宴会及观赏“羌姆”(面具)舞时使用。顶层正楼设精舍佛堂,供奉五世、七世达赖佛像,以及贝叶经卷、唐卡、传世法器等等。佛堂正南为高耸的钟鼓楼,清晨、正午、黄昏击鼓报时,声闻十里。

松赞林寺内历代珍品众多,有八尊包金释迦牟尼佛像、贝叶经、五彩金汁精绘唐卡、黄金及各种精美的鎏金或银质香炉、万年灯等。金寺收藏有《甘珠儿》十部(其中两部为金汁手书)、《丹珠儿》等两百余部。

**小贴士:** 松赞林寺海拔3300多米,即使在8月也有可能飘落几朵雪花。建议带上外套、羽绒服、手套、防滑靴。此地气候干燥,紫外线辐射强,女士应准备好防晒霜、遮阳帽、太阳镜。春夏季为最佳季节。

## 旅游提示

香格里拉机场是滇西北地区最大的机场之一,现已开通中甸至昆明、成都、拉萨、版纳、上海的航班。从昆明至香格里拉公路里程720公里,途中经楚雄、大理等地,旅游者可由昆明汽车客运站乘高速客车直达中甸,一般需12小时。从香格里拉市至各景区均有班车可达。