

(上)

终于等到了羊年夏季,虽然已接近尾声,仍然不愿错过——纳木错转湖去。因为,西藏民间有种说法,羊年是转湖的年份,每到羊年,许多人会不惜长途跋涉,前往西藏纳木错转湖。错过了,就要再等12年。



飞来,在岛上和湖滨产卵、孵化、哺育后代。纳木错还盛产鱼类,细鳞鱼和无鳞鱼成群结队在湖里游弋,这些鱼和平原地区的同类鱼不一样,是 200 万年以来,由这里原有的鱼类,随着地壳的隆起,适应高原的特殊环境,逐步变异演化而来的。有些鱼还保留着头大尾短的原始特征。裂腹鱼一般可长到一二公斤,大的七八公斤甚至几十公斤。藏族没有吃鱼的习惯,鱼在湖中自生自灭,从不怕人,人近湖边,鱼儿纷纷游来,随手就可捞几条。

纳木错是西藏的“三大圣湖”之一。在西藏古老的神话里，在古象雄佛法雍仲本教和藏传佛教的万神殿中，在当地牧羊人和狩猎者的民歌里，纳木错不仅是圣湖，还是念青唐古拉山的妻子，念青唐古拉因纳木错的托衬而显得更加英俊挺拔，纳木错因为念青唐古拉的映衬而愈加绮丽动人。整个纳木错的形状，如静卧的金刚度母，湖的南面有乌龟梁、孔雀梁等18道梁，湖的北面有黄鸭岛、鹏鸟岛等18个岛；而又有五个岛屿兀立于万顷碧波之中，佛教徒们传说它们是五方佛的化身，凡去神湖朝佛敬香者，莫不虔诚顶礼膜拜，其中最大的是良多岛，面积1.2平方公里。此外还有五个半岛从不同的方位凸入水域，其中扎西半岛居五个半岛之冠。伸入湖心的扎西半岛上的札西寺香火很旺。

据说，纳木错还有预卜凶吉祸福的神力，如果是“命大”之人登上湖边的山丘，即可见到湖中的灵异现象，因此，过去这里常成为藏传佛教进行圆光卜的场所。每逢夏季，有不少喇嘛前来朝圣，以湖中显现的灵异景象来预卜未来；也吸引青海、四川、甘肃、云南的教徒们迢迢千里，完成艰辛的旅程，来转湖朝圣。所以，纳木错湖畔遍布玛尼堆，经过的教徒，都会投下一颗石子。

这一说法有历史记载。公元十二世纪末，藏传佛教达隆噶举派创始人达隆塘巴扎西贝等高僧，在纳木错修习密宗要法，并创羊年绕纳木湖转湖之举。传说，每到羊年，是诸佛、菩萨、护法神在纳木湖设坛大兴法会时，如此时前往转湖，胜过平时十万次，其福无量。呵呵，这当然只是传说，但又何妨？在如此好的气候、环境，面对自然界万物生灵，转一转湖，清空自己，吐故纳新，于身体和心灵都有利，顺便还可学习一下西藏的地理、历史、人文知识，这样的休假，赚到了。

纳木错是西藏三大圣湖之一,也是世界上最高的湖,没有之一。纳木错在蒙古语里是

“腾格里海”，藏语即天湖。位于拉萨以北当雄、班戈两县之间。湖南是雄伟壮丽的念青唐古拉山，北侧和西北为起伏的藏北高原。湖东西长70公里，南北宽30公里，面积为1940平方公里。

大约在距今 200 万年以前,地壳发生强烈运动,青藏高原大幅度隆起,岩层受到挤压,有的隆起成为高山,有的凹陷变作谷地或山间盆地。纳木错就是在地壳构造运动陷落的基础上,又加上冰川活动而形成。早期的纳木错辽阔如海,碧波万顷,湖面海拔比现在低得多。随着地壳不断隆起,纳木错也不断上升,高原气候逐渐干燥,使湖水减少,湖面因此缩小,湖泊则被抬升于海拔 4718 米,至今世界上没有超过这个海拔的大湖。

冬季的纳木错，湖面结冰，上面可跑汽

车,一直到翌年5月冰面才开始融化,融化时裂冰发出巨大声响,传达数里,亦为一自然奇景。而夏季的纳木错非常漂亮,湖水淡蓝、浅蓝、灰蓝、宝蓝、深蓝以及深邃如墨一样的蓝黑,这由浅而深的蓝,清澈、丰润、迷人。四周是广阔无垠的湖滨平原,生长着蒿草、苔藓、火绒草等草本植物,你不但能见到电影里“风吹草低见牛羊”,牧人扬鞭跃马牛羊奔涌的美景;还有机会看到野牦牛、岩羊、野兔等野生动物在广阔的草滩上吃草;无数候鸟从南方

安徽省中国旅行社上海分社
60年历史 60年辉煌 集团优势 值得信赖

咨询热线: **021-31076188**
我们只卖自己的路线, 非常多的优秀线路现请上门咨询! 有礼物赠送!

独立成团 绝不拼团
专心、用心、尽心、同理心设计的产品。

欢迎各单位、企事业单位和广大市民, 我们更专业的定制团队期待你的到来!

印度(金三角)全王宫世界文化遗产7天游 (去印度旅游的最好季节)

意大利经典全境10天游
●米兰进罗马出不走回头路 ●一次玩遍意大利九大名城 ●精华景点 ●地道美食
10月20日, 11月18日, 12月8日, 12月22日
¥18888

英国深度豪华12天游 (高地铁道+贵族传统+恬静庄园)
●全市场最深度、包含景点最丰富、享受贵族传统、世界文化遗产之旅、爱丁堡之旅、尼斯湖游船、温莎古堡、约克、爱丁堡、科兹堡丘陵、双大学+独家撑篙游船, 彼得兔之家、英伦下午茶。
10月18日, 11月16日, 12月20日
¥25888

美国线 (让利回馈上海市民, 倾情打造, 特价推出, 仅此一团)
美国(洛杉矶、拉斯维加斯、旧金山、夏威夷)12天游
●艺术、文化、美食全涵盖 ●豪华住宿 ●有景点 ●无自费
10月12日
全含价 ¥22888
美国东西海岸+黄石公园14天游
●世界三大瀑布之一-尼亚加拉瀑布 ●美国十大名城 ●黄石公园
10月9日
全含价 ¥24888

中东、非洲

土耳其深度10天游 (马汉航空)
●红地毯、特洛伊城、安卡拉、伊斯坦堡、卡帕多奇亚、棉花堡、爱琴海 ●深度精华景点 ●地道美食 ●世界遗产
9月8日, 10月12日, 12月8日
¥14999
伊朗古文明瑰宝深度14天游 (马汉航空)
●丝绸之路文明、美丽波斯风情、辉煌帝国遗迹 ●多美系顶级纯玩之旅
11月10日, 12月8日
¥18999

伊朗/迪拜/土耳其三国15天游 (马汉航空)
●豪华酒店 ●深度景点 ●玩遍三国
11月9日, 12月7日
¥19999
北非(摩洛哥、卡萨布兰卡、撒哈拉沙漠)12天深度游 (搭乘A380飞机来回)
●不像非洲, 近似欧洲, 又不同其他阿拉伯国家! ●中国一年才几百人到访!
10月19日, 11月10日, 12月17日
¥20999

希腊、埃及

希腊爱琴海(三岛)10天游 (一个将全世界颜色都用光的地方)
●克里特岛、圣托里尼岛、克里特岛 ●保证让你的行程没有遗憾, 悠游漫步、历史巡礼、浪漫爱琴海、品尝不同的饮食文化。
10月15日, 11月15日, 12月15日
¥18888
七千年古文明-埃及尼罗河游轮+红海10天
●尼罗河五星游轮 ●多样化特色餐食 ●绝佳航空 ●旅游城市: 卢克索、开罗、卢克索、卢克索
10月18日, 11月18日, 12月18日
¥13888

俄罗斯、东欧、南欧

俄罗斯+伏尔加河豪华游轮12天游
●体验俄罗斯的母亲节, 沿途欣赏伏尔加河两岸如诗如画的风光。
●欣赏俄罗斯的最佳时间。●马戏团表演 ●杜兰朵午餐 ●有景点
9月11日
全含价 ¥18888
俄罗斯七大名城深度9天游 (东航)
●无购物无自费 ●圣彼得堡 ●莫斯科、苏兹达里、弗拉基米尔、扎戈尔斯克、特维尔、诺夫哥罗德 ●豪华酒店 ●马戏团 ●杜兰朵午餐 ●全环、银环
10月20日之前是欣赏俄罗斯风光的最佳时间!
9月21日, 10月10日, 10月20日
全含价 ¥15999, ¥13999, ¥16999

波兰/波罗的海三国+俄罗斯13天游
●3大歌舞 ●地道美食 ●世界遗产 ●深度景点
10月13日, 11月12日, 12月12日
全含价 ¥24999
前南斯拉夫(巴尔干半岛五国)13天游 独家
●世界景观景点 ●美食风味 ●豪华住宿 ●法航或汉莎航空
10月16日, 11月16日, 12月16日
特价 ¥20999

伊比利半岛——西班牙/葡萄牙13天游
●阿利坎特、巴塞罗那、格拉那达、里斯本、马德里、哥多华、梅立达、塞哥维亚、塞哥维亚、托雷多、瓦伦西亚、卡塞雷斯 ●世界遗产 ●特色景点 ●特色美食 ●难忘旅程, 深度造访。
10月12日, 11月12日, 12月12日
¥19999
西班牙/葡萄牙+摩洛哥19天游
●一次让你终生难忘的旅程, 带给你更多的惊奇 ●深度景点 ●特色美食 ●特色服务 ●深挖洞。
10月18日, 11月18日, 12月18日
¥27800

日本 惊爆价

日本东阪6天欢乐游 (东航) ●无自费 ●原价: 8999元
●温泉美食 ●购物血拼 ●深度景点 ●豪华住宿
9月5、10、20日, 10月11、19、30日
抢购价 ¥5999
日本名园+古城+古泉+美食购物5天游 (包机)
●大阪京都神户冈山高松 ●古城松山 ●古泉道后温泉
8月31日, 9月7、14、21日
¥4999
爱恋北海道奢华游 ●温泉酒店 ●豪华自助餐 ●名蟹美味 ●无自费
10月16日
¥8799
9月29日, 10月2日
¥13888
9月13、20日, 10月25日
¥8999

日本(本州/四国/九州岛)10天游 ●花一次钱玩遍日本
9月14日, 10月15日 (东航) ●原价: 15888元
¥13888

柬埔寨、越南 大特价

柬埔寨金边+吴哥6天游 ●4段飞机 ●风味美食 ●无自费
8月14、19、21、26、28日
¥4488
9月2、4、9、11、16、18、23、25日
¥3999
柬埔寨吴哥崩密列+金边+越南8天游
8月22、29日, 9月5、12、19、26日
¥5299

越南(南越/中越/北越)深度12天游
8月16日, 9月6、18日
¥7888

避暑 黄山阳产土楼群2天游 (纯玩) 8月15、22、29日
●原生态 (保存最完好、数量最多) ●吃好玩好住好 ●无自费
¥399

本公司代理国内外100多家航空公司特价机票、酒店自由行及黄山市境内特惠酒店, 欢迎来电咨询: **021-31076173**
报名地址: 上海市虹口区溧阳路1111号 (四平路257号) 永融企业中心32楼 (地铁四号、十号线海伦路站7号出口对面)