# 泸沽湖导游词(大全12篇)

作者：风中之舞 更新时间：2024-04-01

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。泸沽湖导游词篇一泸沽湖是云南*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**泸沽湖导游词篇一**

泸沽湖是云南省海拔最高的湖泊，是中国第三大深水湖泊。泸沽湖周边主要居住着摩梭人、彝族和普米族，沿岸居住有蒙古族7种民族，约1.3万人。优美的自然环境和奇特的民族风情，使这里成为著名的旅游景区。下面是小编收集整理的云南泸沽湖

导游词

范文，欢迎借鉴参考。

泸沽湖位于云南宁蒗县与四川盐源县之间的崇山峻岭中，距宁蒗县城 69 公里。湖面积 52 平方公里，平均水深 45 米，最深处达 93 米。湖水清碧，最大能见度为 12 米。湖水向东流人雅砻江、金沙江，属长江水系。整个湖泊，状若马蹄，南北长而东西窄，形如曲颈葫芦，故名泸沽湖。 扯挎山丫口立着一个横跨公路的彩门，彩门以下约200米的路段是观赏泸沽湖全景的最佳地点。在这里，你可以清楚地看到泸沽湖美丽的曲线轮廊，翠青的吐布半岛散在蓝玻璃镜面般的湖面上，格姆女神山(狮子山)在湖北岸姿容端庄。如果恰是春天，你的镜头下缘还是串串簇簇的红色山花。

泸沽湖美丽的身形像一个马蹄印，相传这是格姆女神和她的“阿夏”瓦如卡那男神相会那晚，因缠绵沉醉，男神跨上神马刚准备离去时天就亮了，天亮后他再不能回去了，神马被缰绳一紧而踏下一个深深的马蹄窝，马背上的男神化成了东边回头望的瓦如卡那山，女神伤心的眼泪注满了马蹄窝，她自己化成了格姆山。 这是一个被爱情的眼泪注满的湖泊。你看懂它马蹄印形的故事后，再走湖畔的摩梭村寨，就准备好了一个畅游“女儿国”的美丽心情。

泸沽湖素有“高原明珠”之称。湖中各岛婷婷玉立，形态各异，林木葱郁，翠绿如画，身临其间，水天一色，清澈如镜，藻花点缀其间，缓缓滑行于碧波之上的猪槽船和徐徐飘浮干水天之间的靡梭民歌，使其更增添几分古朴、几分宁静，是一个远离嚣市，未被污染的处女湖。 20xx年11月，泸沽湖景区被国家旅游景区a评委专家评定为aaaa级风景名胜区，泸沽湖门票为100元。

泸沽湖位于川滇交界外的四川省盐源县泸沽湖镇，距西昌市258公里，宛如一颗洁白无瑕的巨大珍珠镶嵌在祖国的西南部。她那如诗如画的旖旎风光，亘古独存的母系氏族遗风民俗，基督教中的“诺亚方舟”，喇嘛教的朝钟暮鼓，是那样的惹人瞩目，使众多游客的目光投向这块神秘的土地泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕也是四川的第一大天然淡水湖，被誉为“高原明珠”。湖的西北面，雄伟壮丽的格姆山巍然矗立，这即是摩梭人人为之崇拜而人格化的格姆女神。湖的东南南，与草海连接，这里牧草丰盛，牛羊肥美，浅海处茂密的芦苇随风荡漾，蔟蔟的花草迎风招展，每到冬季，天鹅、黑颈鹤等珍稀候鸟数以万计栖息于此，平添一种生气，一种景致。湖周，在那茂密的原始森林里，豹、獐、鹿、岩羊、小熊猫、短尾猴、斑羚羊等珍稀动物出没其间，给人几分畏惧，几分野趣。湖畔，阡陌纵横，田园万顷，日出而作，日落而息，木摞房舍，炊烟袅袅，牧歌陈陈，渔火点点，阿哥阿妹，结伴相随，好一派景象万千的农家农园，令游人魂不守舍。

泸沽湖畔居住的纳西族摩梭人，婚姻独特，风俗独特，家家之主，皆为女性，其家庭成员血缘，均为母系血统。如家庭成员中，祖辈只有外祖母及其兄弟姐妹，母辈只有母亲，舅舅和姨母。阿肖婚的子女则称走婚父亲为“阿波”或“阿达”。

在这里，一切都是那么神奇，那么古朴，无论是成丁礼、阿夏婚、母系家庭、丧葬，都是绝无仅有的。每个礼仪，每种风俗，都是一个个优美动人的故事，一支支优扬动听的牧歌，无不充满几分神秘，几分浪漫，几分诗情，几分画意，从而给人以遐想与思忆。 泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。 在泸沽湖这块肥沃的土地上，人们的饮食文化也浓浓地染上了自然、古朴的特点。时至今日，纳日人的饮食无论主食还是副食，仍是以山间泉水、芳草、果仁、五谷杂粮作佐料，人工自酿、自腌、自烤、自煮后置于坛里，放于火上、锅里而后数日、数月直至数年才开启供已食用，供远方来客品尝，这就是泸沽湖有名的猪膘肉、苏里玛酒、酸鱼、烤鱼干、牛头饭、猪肠血米等。这些美食佳肴，令您目不暇接，回味无穷。

各位游客：

你们好，欢迎你们来到凉山旅游，我是你们的导游。

东方古老神秘的“女儿国”轻启面纱，便征服了来自世界各国的猎奇探胜者。1992年，高原明珠泸沽湖正式开始接待国内外游客，短短几年间，她便以其独特秀美的自然风光名扬天下。

世界各国民间传说中的女儿国，存在至今的，恐怕只有摩梭人这一族了。滇西北高原川滇交界处的云南宁蒗彝族自治县境内有一片美丽的泸沽湖，摩梭人世代生活在泸沽湖畔，他们至今仍保留着“男不婚、女不嫁、结合自愿、离散自由”的母系氏族婚姻制度。 现泸沽湖沿岸居住有摩梭人和彝、汉、纳西、藏、普米、白、壮等7种民族，约1.3万人，其中摩梭人约6000人(四川泸沽湖沿岸摩梭人5000余人)。泸沽湖风景区以其典型的高原湖泊自然风光和独特的摩梭母系民族文化形成了特色突出的自然景观与人文景观，四川省于1993年将泸沽湖列为省级风景名胜区。

泸沽湖区生态环境良好，湖周群山环抱，湖水清澈透明，湖面似一弯新月，恬静秀丽。湖中分布着6个形态各异的岛屿，岛上多为石灰岩，怪石嶙峋，灌木、藤蔓丛生。当地群众敬奉的神山——狮子山耸立在湖边，雄伟壮丽，山上分布着茂密的原始森林。由于景区地旷人稀，交通闭塞，生态环境未受大的破坏，整个景区保持了原始的、粗犷的格调，是藏在深山里的一颗旅游资源明珠。

泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶;她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

辽阔的中华大地，遥远的西南，一座古城栖息在闪烁银光的玉龙雪山的边上，虽久经沧桑，却依旧唯美。在我看来一切美到极致的东西都会有着自己的内涵，或含蓄，或豪放，或婉约，或粗犷，然丽江却有着秀外慧中，引得英雄与非英雄都为之折腰。

与湘西的凤凰不同，丽江没有沈从文的

诗词

，没有宋祖英的歌声，也没有黄永玉贪恋的酒鬼酒，却能使去过的人爱上它，没去过的人向往它。

癸巳年金秋，着轻装踏上了赴彩云之南的路途，转车，之后在有着纳西族鲜明特色的丽江站下车，便进了丽江古城。日入将至，小桥、流水、石板路、残存的阳光构成了一幅让人想去触摸的画面。沿着亘古的小道前行，清冷有声的丽江水穿街过巷、入院过墙、洁净而无泥。抬望眼，古城浑厚自然、依水而立，沧桑伟昂。

时光如长河里的水滔滔向前，从不停留半分。丽江古城还残存着最初的感动和记忆，那无数曾经镂刻在人们心间的丝丝缕缕，终究还是慢慢被遗忘。今天到来的游人们依稀在回味悠远的光阴，仍在不经意的说着丽江曾经的美丽与壮烈。是夜，漫步在充斥着古老纳西文化与现代文明相接的酒吧街上，此起彼伏的歌声穿过依依的柳条，这，注定是一个迷离、破碎的夜。大概像我这样喜欢听相声、看小品的北方人都享不得这朦胧、唯美又带点淡淡忧伤的调调吧，返身找同行的人订车子，第二日一早便去看望泸沽湖。

未近泸沽湖，便碰到一群手拉手、肩并肩的山峦，青黛色调无际无边，这些山峦很是乖巧的围成了一个圈，围成了58平方公里的湖面。以前只能在书上感知大自然是神奇无边的，到了泸沽湖畔才知道用鬼斧神工这个词配在这些山峦身上，真是太贴切不过了。无论站在湖周围的哪一处山坡上，总能把泸沽湖的全景尽收眼底，这给了旅游必拍照的中国游客多大的欢喜啊，调焦、摆poss，通通没问题。更为奇特的是随着山峦的高地远近不同，泸沽湖的边际线也跟着变戏法似的蜿蜒曲折变化，呈现出难以比拟的千姿百态，既让人心旷神怡，又无法言表。

到这里，忽然想起某篇著名文章里的排比句，也来仿写一把：且不说鄱阳湖的阴风弄号、浊浪排空，也不说洞庭湖的烟波浩渺、飞浪腾涌，一年四季中这世上有多少湖泊能躲得过风雨雷电、冰霜雪冻的侵袭?泸沽湖的湖面却神奇的保持着微微泛波，优雅平淡。于是乎赶紧问了问有着一副“大彻大悟”神态的导游：这是咋个回事呢?手持iphone、手指飞舞又微不耐烦的导游告诉我一些原因，大致是这泸沽湖啊，只身躺在川滇交界的万山丛中，就像是装进了硕大的石盆里，周围三四千米高的群山年复一年不辞勤劳的为泸沽湖遮风，山涧谷隙过滤着严寒，所以泸沽湖既看不到大风大浪，也看不着水平如镜，常年是微波涟涟，碧浪盈盈。

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词篇二

各位游客：

大家好！

昨天晚上在邛海宾馆休息得好吗？现在是上午七点，用过早餐，整理好我们的行李后请上车。我们的旅游车已经驶出市区，现正行驶在通向目的地泸沽湖的路上。我们途经了盐源县，刚才给大家讲了公母山的故事，还有附平木里藏族自治县在二十年代洛克宗教朝圣路线和抗战时期驼峰飞虎队故事。

好啦，现在是北京时间十二点，经过了5个小时的车程，现在我们已经进入泸沽湖景区了，今天游览行程将会有：先安排用午餐，在下午一点我们出发，先参观平寺，随后再去游览万亩草海和栈桥，情人桥和乘坐猪槽船游湖，晚上安排住进摩梭民居，为团队提供当地风味餐及品尝摩梭美食，与左所镇湖畔村村民举行篝火歌舞晚会。

现在呢，距我们即将抵达的四川泸沽湖左所镇湖畔村还有十分钟的车程，我将利用这段时间为大家介绍一下泸沽湖的概况。

泸沽湖位于四川省凉山洲西南部与云南省宁蒗县的交界处，距成都830公里，距西昌258公里，是省级的著名风景区。并素有“东方女儿国”的`美称。泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕。另外它也是四川的第一大天然淡水湖，湖水面积50.8平方公里，另有万亩草海，水面海拨2688米，被誉为“高原明珠”。

**泸沽湖导游词篇三**

泸沽湖位于四川省盐源县与云南省宁蒗县交界处，为川滇共辖。泸沽湖是云南海拔最高的湖泊，也是中国最深的淡水湖之一。下面是本站小编为大家整理的四川泸沽湖

导游词

，欢迎参考!

泸沽湖是国家4a级景区，居住在这里的是摩梭人。摩梭人是中国唯一仍存在的母系氏族社会，实行“男不娶，女不嫁”的“走婚”制度。

泸沽湖四周崇山峻岭，一年有三个月以上的积雪期。森林资源丰富，山清水秀，空气清新，景色迷人，泸沽湖被当地摩梭人奉为“母亲湖”。也被人们誉为“蓬莱仙境”。

到达泸沽湖之后，可入住摩梭人家，与他们同吃同住，了解摩梭家庭的习惯风俗;还能去拜访末代摩梭土司王妃;乘船、乘车环游泸沽湖，欣赏泸沽湖的美景;亦可到泸沽湖内的岛上游览;到摩梭村寨去走走，和摩梭人聊天，会让你大有收获。晚上参加当地的摩梭人篝火晚会，能让人体味到摩梭人的万种风情。

泸沽湖自然造型十分优美，周围山峦环绕，神姿仙态，洲湾堤岛，或隐或现。湖岸曲折婀娜，逶迤伸展。无数大大小小冲积而成的片片扇表开阔沙滩，提供了游客休息游玩的天然处所。湖东南三家村后山上，有一幽谷蜿蜒而下，这里清泉淙淙。小巧玲珑的“菩萨洞”就幽藏在这条溪谷之中，它是游客养情怡情，避荫纳凉，领略幽谷风光的绝妙境地。泸沽湖具有浓郁的人文风情和优美的自然风光。摩梭少女的风姿，独木轻舟的典雅，此起彼伏的渔歌，堪称“湖上三绝”。

泸沽湖位于四川省盐源县与云南宁蒗县永宁乡交界处，犹如一块明珠镶嵌在群山怀抱之中，碧波荡漾，风光迷人，有“高原明珠”、“滇西北的一片净土”、“东方第一奇景”等美称。它将自然景观和人文景观融为一体，尤其是以摩梭族独特的文化和民族风俗使其具有独特而丰富的内涵，在全国乃至全球都是不可替代的世界文化遗产。那醉人湖光山色，古老原始而又神秘的的民族风情，原始的宗教文化，如痴如醉的歌舞之乡，是旅游者的天堂。

被摩梭人称为“母亲湖”的泸沽湖，是泸沽湖风景名胜区重要的组成部分，湖的水域面积达50平方公里，海拨2688米，平均水深45米，最深处90余米，透明度高达11米。湖周青山环绕、森林茂密、古树参天、流水潺潺。湖内碧波荡漾、四季清澈、藻花点缀其间。湖中六岛，亭亭玉立、林木葱郁。明代诗人胡墩赋诗云“泸湖秋水间，隐隐浸芙蓉。并峙波间鼎，连排海上峰。应识仙源近，乘搓访赤松。”

泸沽湖随四季的变化各具特色。阳春三月，周围桃树梨花，万话胜开，争妍斗艳，湛兰色的湖水，明净如镜，青松绿树，连峰映湖中，全然一副世外桃源的景象;炎热的夏天，湖水碧绿，波光粼粼，雨后烟雾缭绕，周围黛色丛林中，间杂着盛开的红白杜鹃花，景色宜人，凉爽无比，好一个避暑胜地;金色的秋天，大地一片黄橙橙，金黄色的秋业，点缀着周围的青山，湖水碧蓝，波光闪烁，彩霞飞渡，高空雁鸣;寒冬时节，翠色苍茫，一日当中，水色多变。 泸沽湖因为她那天然、奇妙、幽静的风光，成为人间难得的仙景和旅游胜地，同时又因为、冬暖夏凉，景色宜人，堪称避暑、疗养佳地。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶;她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

泸沽湖位于云南省丽江宁蒗县与四川盐源县之间,南距宁蒗县城72公里。湖面海拔2685米,面貌约48.5平方公里,其中云南境内30.5平方公里,总容水量19.53亿立方米,湖水向东流人雅窘江,最后注入金沙江,属长江水系。该湖平均水深40米,最深处达93.5米,在云南湖泊中,仅次于澄江抚仙湖,居第二位。

其实，泸沽湖是由断层陷落而形成的高原淡水湖，摩梭语“泸”为山沟，“沽”为里，意为山沟里的湖。过去，这里地处偏僻，人稀少，自然环境破坏较轻，因此湖水异常洁净，最大透明度可达11.5米;虽然四周高山一年有三个月积雪，但湖水终年不冻，水体清澈，水质微甜，是我国目前少有的污染程度较低的高原深水湖之一，湖光秀丽四时变幻;早晨，朝阳初露，湖水如染，一片金红;太阳徐徐上升，湖周青山，倒映其中，湖水变为翠绿;夕阳西下，风平浪静，又成一片墨绿。夜色幽静,微风柔漫,星星闪动,让你如梦如幻。

泸沽湖不仅水清,而且岛美。泸沽湖四周青山环抱,湖岸曲折多湾,共有17个沙滩、14个海湾;湖中散布5个全岛、3个半岛、1个海堤连岛,一般高出水面15至30公尺,远看象一只只绿色的船,飘浮在湖面。其中,宁蒗一侧的黑瓦吾岛、里无比岛和里格岛,成为湖中最具观赏和游览价值的三个景点,被誉为\"蓬莱三岛\"。黑瓦吾岛位于湖心,距离湖岸落水村2500米,岛上树术葱笼,百鸟群集,是南来北往的候鸟、野鸭的栖息之处,也是昔日永宁土司阿云山总管的水上行宫,美

国学

者洛克也曾旅居于此,并在《中国西南古纳西王国》书中赞为\"真是一个适合神仙居住的地方\"。里无比岛与黑瓦吾岛相距3公里处在一条直线上,永宁土司阿云山之墓即在此岛。岛上藤树茂盛,鸟语花香,建有经堂,红墙黄瓦,香烟缭绕,白塔倒影,平添几分神韵。里格岛位于狮子山下,是泸沽湖北缘海湾内一个美丽的海堤连岛,三面环水,一条毛石小路与海堤相通,环境十分幽静。岛上住有十多户摩梭人家,古老的术楞子房,都沿岛而筑,屋舍门窗面对水面,开窗即可垂钓,悠然如在仙境。

清乾隆年间所编的《永北府志》已将\"泸沽三岛\"列为胜景之一,文人墨客争相前往游览,咏诗

作文

赞颂。郡人谢秉肃的《泸湖三岛》诗云:\"何处来三岛,苍茫翠色流。鳞胸吞海气,缭渺壮边障。叠幢临波动,连峰倒影浮。浦寒猿啸月,汀冷雁鸣秋。雨后烟鬓净,云中螺碧幽。乘搓如有约,即此是仙洲。\"此诗生动地描绘了泸沽湖三岛翠色流淌、缭渺壮观、月夜猿啸、深秋雁鸣,以及雨后洁净、云中幽深的奇丽景致,泸湖乘船攀岛,如同与仙人有约,令人陶醉。

泸沽湖素有\"东方女儿国\"之称,居住湖畔的摩梭人至今仍保留着母系社会男不娶、女不嫁,男女之间建立偶居婚姻关系的走婚习俗,带给人们一种神秘的感觉,并且成为当今世界研究人类社会形态和母系社会婚姻习俗的鲜活材料。这里的村落民房多系\"别木为屋\"的井干式建筑,构成独特的摩梭民居景观。人们常用的猪槽船,系将独木挖空为舟,驾舟进湖不仅需要胆量,而且得有高超的平衡力和划船技术,别具一番情趣。

泸沽湖在群山环抱中，海拔2690米。这里冬暖夏凉，四季如春，全年平均温度为17℃左右，降水少，早晚温差大。雨季在7-9月，1月的平均温度为5-6℃，7月平均温度为19-20℃。全年阳光明媚，冬季湖水也不会结冰。泸沽湖的气温比丽江低，所以去那里之前，一定要准备好保暖的衣服。而且泸沽湖的湖水温度低，哪怕是夏季，湖水也冰冷彻骨，所以最好不要下湖游泳。

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词篇四

泸沽湖位于云南与四川边界，海拔2685米，是云南省最高的湖泊，风光旖旎，民风质朴，有“高原明珠”之称。云南一侧湖畔居住的摩梭人奉行“男不娶女不嫁”的走婚制度，所以泸沽湖又被称为“东方女儿国”。

亮点概述

泸沽湖四周青山环抱，湖岸曲折婀娜，沿湖共有17个沙滩、14个海湾;湖中散布5个岛、3个半岛、1个海堤连岛。其中，黑瓦吾岛、里务比岛和里格岛，是湖中最具观赏和游览价值的三个景点，被称为“泸沽三岛”。沿湖也有很多村庄，其中较繁华可以提供饮食住宿的主要有大洛水村和里格村。大洛水位于泸沽湖西南岸，是泸沽湖畔最早开发的村庄，丽江往返的班车就停在这里。里格岛和里格村位于湖的西北岸，是近几年最热门的旅游集散地。湖北岸有尼塞村、小洛水和大嘴村，因游客较少也更为宁静。再往东就进入四川省境内，湖东南岸的草海、王妃故居也值得驻足。

玩法介绍

环湖是感受泸沽湖魅力的最佳方式。不管是单车、乘车甚至徒步，沿途的湖光山色和质朴的摩梭村庄能让你频频驻足。最为繁华的大洛水村，有摩梭民俗博物馆，在这里你可以迅速恶补一下摩梭文化和民俗。大洛水到里格村只有8公里路程。里格村北的山坡上有一处观景台，这里是俯瞰和拍摄里格岛的绝佳位置。继续前行，不远处的尼塞村有登上格姆女神山的缆车，山上的格姆女神洞据说求子非常灵验。泸沽湖名人——杨二车娜姆的艺术博物馆兼客栈就在尼塞村的下一站：小洛水村。这里也是云南跟四川的交界。

继续往前经大嘴村、木夸、女神湾，可一直走到草海，走走横跨在草海上的走婚桥，脑补一下当年摩梭男女走婚的情景，也是一个不错的体验。之后可从博瓦湾附近乘猪槽船返回大洛水。

餐饮住宿

丽江乘车到里格村，需要7小时，所以游玩泸沽湖，至少要在湖畔住宿一夜，建议选择里格岛。岛上有众多客栈和餐馆，晚上喝喝摩梭人的咣当酒或者苏哩玛酒，吃吃湖中的小银鱼、摩梭人自制的烤乳猪和猪膘肉，找一间临湖的客栈住下，伴着和缓的涛声进入梦乡。白天时候，你可以邀上船夫，划着当地特有的猪槽船，去湖中的岛上游玩。洛水村和里格村湖畔都有游船码头，所有的游船都是景区统筹管理，去往湖中各岛都是明码标价，不必担心被宰。游湖之余，也可以买些日用品，走入当地摩梭人家，体验摩梭人的淳朴和热情。去摩梭人家家访，无固定价格，可通过司机导游或客栈老板代为联系。

**泸沽湖导游词篇五**

各位游客：大家好!

昨天晚上在邛海宾馆休息得好吗?现在是上午七点，用过早餐，整理好我们的行李后请上车。我们的旅游车已经驶出市区，现正行驶在通向目的地泸沽湖的路上。我们途经了盐源县，刚才给大家讲了公母山的故事，还有附近木里藏族自治县在二十年代洛克宗教朝圣路线和抗战时期驼峰飞虎队故事。

好啦，现在是北京时间十二点，经过了5个小时的车程，现在我们已经进入泸沽湖景区了，今天游览行程将会有：先安排用午餐，在下午一点我们出发，先参观喇嘛寺，随后再去游览万亩草海和栈桥，情人桥和乘坐猪槽船游湖，晚上安排住进摩梭民居，为团队提供当地风味餐及品尝摩梭美食，与左所镇湖畔村村民举行篝火歌舞晚会。

现在呢，距我们即将抵达的四川泸沽湖左所镇湖畔村还有十分钟的车程，我将利用这段时间为大家介绍一下泸沽湖的概况。

泸沽湖位于四川省凉山洲西南部与云南省宁蒗县的交界处，距成都830公里，距西昌258公里，是省级的著名风景区。并素有“东方女儿国”的美称。泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕。另外它也是四川的第一大天然淡水湖，湖水面积50.8平方公里，另有万亩草海，水面海拨2688米，被誉为“高原明珠”。

**泸沽湖导游词篇六**

泸沽湖，俗称左所海，古名勒得海、鲁枯湖，位于四川省盐源县与云南省宁蒗县交界处，为川滇共辖。下面是本站小编为大家整理的泸沽湖游览实用

导游词

，希望能帮到大家!

各位游客朋友们，大家好，远道而来，一路辛苦了!首先，我代表熊猫旅行社对各位的到来表示热烈的欢迎，我是你们的导游员小张，这位是我们的安全大使王师傅，他有着多年的驾驶经验和娴熟的驾驶技术，相信有他为我们保驾护航，我们的泸沽湖之旅会更加安全放心。同样，我也很高兴能与大家同行，希望我真诚的服务能换来您满意的笑容。在此，小张预祝大家本次旅途愉快顺利!

我们从西昌市出发，到泸沽湖景区大约需要4个小时，现在我们的旅游车已经开始出发，利用行车的这段时间，我先为大家简单介绍一下泸沽湖的基本情况。泸沽湖位于四川省盐源县的左所和云南省宁蒗彝族自治县的永宁交界的群山之中，是一座非常美丽的高山湖泊。湖区居民主要是摩梭人。过去有一种说法，认为他们是纳西族的一支，另有一种说法，说他们是蒙古族，但是摩梭人则认为自己就是摩梭族。摩梭人世世代代就住在这群山阻隔的泸沽湖畔，以农耕和渔猎为主要生存手段，以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，和平友爱，与世无争，过着简朴安宁的“世外桃源”式的生活。

旅游业发展以来，这个有“东方女儿国”之称的泸沽湖声名远播，探访、旅游的人们接踵而来，泸沽湖秀丽的原始美景，摩梭人纯朴友爱的习俗，总是令这些饱经现代文明薰陶的游客们羡慕不已。

下面我为大家介绍一下摩梭人的独特风俗。摩梭人是纳西族的一个分支，他们世代居住在泸沽湖畔，至今仍是母系氏族，就是以母亲的血缘关系建立家庭，户主都是女性，所以在他们看来中国古代“夫为妻纲”的传统思想也许有点可笑了。摩梭人的婚姻制度是一种独特的“走婚”制，恋爱中的男女不组成家庭，婚姻的形式是晚上男方到女方家走访、住宿，第二天清晨返回母亲家参加劳作。婚姻是以男方的“走”来实现的，所以叫做“走婚”又叫做“阿夏”婚或“阿注”婚。走婚的基础是两情相悦，双方的子女属于女方，用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养责任。有的男性游客们开始羡慕了，先不要羡慕的太早，虽然他们不承担自己孩子的抚养责任，但是他却要抚养自己姐妹的孩子。所以有一句话这样说：天上的玉皇大帝，地上的摩梭舅舅。阿夏关系的建立和解除都比较自由，女方的意愿能得到最大的尊重。

好了，游客朋友们，泸沽湖景区就要到了。我们在泸沽湖的游览时间是5个小时，5个小时后大家在停车场集合。下车之前再次提醒大家：我们的旅游车是蓝色的，导游旗是红色的，车牌号是川a12345，同时也请大家记好我的手机号139××××××××。因为景区分布较散，所以希望游客朋友们可以紧随我的脚步，以防哪位游客一时迷恋美景掉队。现在就请大家带好随身物品随我一同下车参观游览!

各位游客朋友们，摩梭人称泸沽湖为“谢纳咪”。“谢纳”意为一大片水;“咪”，有女、母、阴性等意思;连起来即女湖、母湖之意。她宛如一颗巨大的蓝色明珠，展现在广阔的高天之下。湖水面积约51平方公里，周长近50公里，水面海拔2688米，平均水深45米，最深处达93.6米，水中能见度12米。水容量达19.5亿立方米。湖中七岛，亭亭玉立，林木葱郁。湖内碧波荡漾，四季清澈，藻花点缀其间。湖周青山环绕，森林茂密，古树参天。

乘坐“猪槽船”游湖，是一大享受。清冽透明的湖水，经微风吹佛，泛起晶莹的细浪，不时有鱼儿跳出水面，翻动层层涟游，湖中小岛如浮在水上的盆景，兰天白云，高飞的水鸟、远山近树，烘托出一个安宁洁静的世外仙境。美丽的沪沽湖姑娘，荡起猪槽船，驶向湖心，当她们扬起沾着晶莹汗珠的笑脸，唱起高吭嘹亮的山歌，这湖光山色就更显得出奇的美丽温馨。

草海在湖的东南面，是泸沽湖的重要组成部分。草海全长约7公里，宽约800米，面积9000余亩，属左所管辖。其东面三分之一处，有一座300多米长的木桥，横跨南北，是草海两岸人民的交通要道。草海内盛产裂腹鱼，鲤鱼、草鱼、鲢鱼等18种鱼类，是一个得天独厚的天然养殖场。浅海处芦苇茂密，水草丰盛，每到冬季，各种鸟类成群结队，在此栖息。据有关专家的观察记录，泸沽湖越冬水鸟己达11目，24科，42种，有数万只以上。尤其是国家一级珍禽东方白鹳、黑鹳、白尾雕、白天鹅、鸳鸯以及世界唯一的、中国特有的高原“神鸟”黑颈鹤都在这里越冬或安家落户，真可谓水鸟王国。每当夜幕降临，蛙鸣阵阵，野趣诱人。过去的草海，不仅是一块避难佳地，而且也是当地人民抗荒取食的宝库。当年，草海内不仅鱼虾丰盛，且花草丛中处处有野鸭蛋。即便在60年代最困难的时期，水肿病为害神州之时，当地也因有大自然的恩赐而幸免于难。天地的恩宠，优越的自然生态环境，丰富的物产，使这个天然的聚宝盆，有着取之不尽的水生动植物。当地有一首民歌这样唱道:“左所是个好地方，菱角把把虾子汤，鱼满船儿蛋满筐，姑娘小伙喜洋洋。”生动地反映了当地渔业的盛景。

湖西北那座山就是摩梭人最崇拜的格姆女神山，海拔3700多米，山的下部覆盖着一层风化岩石，坡长较缓，形如茶座，上部是不易风化的石灰岩山体，好象一头长鬃垂吊的雄狮，因此当地也叫它为狮子山。它坐东面北，守卫着明珠般的泸沽湖，更显神奇壮观。摩梭人把格姆女神山当作本民族的始祖女神，年年都要转山朝拜，而且是转山会的主要山场。

好了，游客朋友们，我们的游览活动到这里就告一段落了，接下来有10分钟的自由活动时间供大家拍照留念或回味美景，10分钟之后，希望大家能准时在这里集合，我将带领大家继续游览。谢谢大家合作!

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词篇七

评委老师，你们好!今天我抽到的题签是川南旅游片区，我选择的景点是泸沽湖景区。泸沽湖景区位于四川省盐源县和云南省宁蒗彝族自治区的交界处的滇西北高原上，这里距离西昌300公里，距离成都830公里。因为景区分布较散，所以我再次温馨的提醒游客朋友们，请紧随我的脚步，千万不要掉队，并同时记下车牌号和我的手机号，以便掉队后及时和我联系。

今天我们的游览线路由泸沽湖草海开始，依次游览民族之家，王妃岛，最后我们将在泸沽湖畔的思格客栈下榻。

泸沽湖是四川最大的天然湖泊，是因地震而形成的堰塞湖，湖的水域面积达51.8公里，海拔2688米，平均水深45米。它是世界上现存唯一的母系社区摩梭人的聚居地，被世人称之为“现代的女儿国”。

现在我们所看到的这座房屋就是民族之家，也就是摩梭人的家了，摩梭人世代居住在这样一个被群山阻隔的泸沽湖畔，以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，他们被世人称为“研究中国母系社会的活化石”。

讲到这里，大家是否对摩梭人独特的走婚习俗很好奇呢?那么，接下来就由我为大家揭开“阿注走婚制”这层神秘的面纱吧，阿注走婚，即“男不婚，女不嫁”的婚姻。也就是婚后仍各自居住在自己的母亲家，晚上男方到女方家过夜，早上便回到母亲家，所生子女均由女方抚养，俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品到女方家说亲，在征得女方家老祖母的同意之后，才可以走婚。这种婚姻和现代都市婚姻不同，它不受金钱和各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人放飞自由情感的婚姻。

关于走婚，在当地还流传着这样一个传说：传说在很久以前，格姆仙女要去远方走婚，而她的阿注朋友后龙牵着她的手一直恋恋不舍，最后格姆也一往情深，舍不得离开后龙而化成狮子山，格姆女神的百褶裙也变成了碧蓝色的泸沽湖，后龙为了永远守候格姆化成后龙山。狮子山上有一处天然的溶洞，后龙上山也有一特大而幽深的溶洞。两个洞，石帘，石幕，石柱，石笋，千姿百态，洞内厅堂造出，一层层，一套套，犹如迷宫，这可能就是格姆仙女与阿注后龙走婚的通道。千百年来，两山相望，两情相依，成为泸沽湖摩梭人走婚的象征。

当然，神话总归是神话，是后人为增加其神秘色彩而杜撰的，但是神秘的走婚制度却是永久的延续。通过旅游业的发展，外来文化的介入已经改变了摩梭人的生活，也已出现了“一夫一妻制”的家庭。各位朋友，讲到这里，大家是不是和我一样担心现代文明会把他们同化呢?那么现在就请大家跟着我的脚步，进入民族之家，一睹现代摩梭人的风采吧!

谢谢各位评委老师，我的景点讲解完毕。

**泸沽湖导游词篇八**

泸沽湖，位于四川省盐源县与云南省宁蒗县交界处，为川滇共辖，湖东为盐源县泸沽湖镇（原左所区），湖西为宁蒗县永宁乡。下面是小编收集整理的泸沽湖景点

导游词

范文，欢迎借鉴参考。

辽阔的中华大地，遥远的西南，一座古城栖息在闪烁银光的玉龙雪山的边上，虽久经沧桑，却依旧唯美。在我看来一切美到极致的东西都会有着自己的内涵，或含蓄，或豪放，或婉约，或粗犷，然丽江却有着秀外慧中，引得英雄与非英雄都为之折腰。

与湘西的凤凰不同，丽江没有沈从文的

诗词

，没有宋祖英的歌声，也没有黄永玉贪恋的酒鬼酒，却能使去过的人爱上它，没去过的人向往它。

癸巳年金秋，着轻装踏上了赴彩云之南的路途，转车，之后在有着纳西民族鲜明特色的丽江站下车，便进了丽江古城。日入将至，小桥、流水、石板路、残存的阳光构成了一幅让人想去触摸的画面。沿着亘古的小道前行，清冷有声的丽江水穿街过巷、入院过墙、洁净而无泥。抬望眼，古城浑厚自然、依水而立，沧桑伟昂。

时光如长河里的水滔滔向前，从不停留半分。丽江古城还残存着最初的感动和记忆，那无数曾经镂刻在人们心间的丝丝缕缕，终究还是慢慢被遗忘。今天到来的游人们依稀在回味悠远的光阴，仍在不经意的说着丽江曾经的美丽与壮烈。是夜，漫步在充斥着古老纳西文化与现代文明相接的酒吧街上，此起彼伏的歌声穿过依依的柳条，这，注定是一个迷离、破碎的夜。大概像我这样喜欢听相声、看小品的北方人都享不得这朦胧、唯美又带点淡淡忧伤的调调吧，返身找同行的人订车子，第二日一早便去看望泸沽湖。

未近泸沽湖，便碰到一群手拉手、肩并肩的山峦，青黛色调无际无边，这些山峦很是乖巧的围成了一个圈，围成了58平方公里的湖面。以前只能在书上感知大自然是神奇无边的，到了泸沽湖畔才知道用鬼斧神工这个词配在这些山峦身上，真是太贴切不过了。无论站在湖周围的哪一处山坡上，总能把泸沽湖的全景尽收眼底，这给了旅游必拍照的中国游客多大的欢喜啊，调焦、摆poss，通通没问题。更为奇特的是随着山峦的高地远近不同，泸沽湖的边际线也跟着变戏法似的蜿蜒曲折变化，呈现出难以比拟的千姿百态，既让人心旷神怡，又无法言表。

到这里，忽然想起某篇著名文章里的排比句，也来仿写一把：且不说鄱阳湖的阴风弄号、浊浪排空，也不说洞庭湖的烟波浩渺、飞浪腾涌，一年四季中这世上有多少湖泊能躲得过风雨雷电、冰霜雪冻的侵袭？泸沽湖的湖面却神奇的保持着微微泛波，优雅平淡。于是乎赶紧问了问有着一副“大彻大悟”神态的导游：这是咋个回事呢？手持iphone、手指飞舞又微不耐烦的导游告诉我一些原因，大致是这泸沽湖啊，只身躺在川滇交界的万山丛中，就像是装进了硕大的石盆里，周围三四千米高的群山年复一年不辞勤劳的为泸沽湖遮风，山涧谷隙过滤着严寒，所以泸沽湖既看不到大风大浪，也看不着水平如镜，常年是微波涟涟，碧浪盈盈。

东方古老神秘的“女儿国”轻启面纱，便征服了来自世界各国的猎奇探胜者。1992年，高原明珠泸沽湖正式开始接待国内外游客，短短几年间，她便以其独特秀美的自然风光名扬天下。

世界各国民间传说中的女儿国，存在至今的，恐怕只有摩梭人这一族了。滇西北高原川滇交界处的云南宁蒗彝族自治县境内有一片美丽的泸沽湖，摩梭人世代生活在泸沽湖畔，他们至今仍保留着“男不婚、女不嫁、结合自愿、离散自由”的母系氏族婚姻制度。现泸沽湖沿岸居住有摩梭人和彝、汉、纳西、藏、普米、白、壮等7种民族，约1.3万人，其中摩梭人约6000人（四川泸沽湖沿岸摩梭人5000余人）。泸沽湖风景区以其典型的高原湖泊自然风光和独特的摩梭母系民族文化形成了特色突出的自然景观与人文景观，四川省于1993年将泸沽湖列为省级风景名胜区。

泸沽湖景区位于凉山彝族自治州盐源县西南川、滇两省交界处，距县城约170km，海拔2，700m。景区面积238km2，湖面面积58km2，与云南省共有，其中位于四川境内33km2。整个湖长955km，宽6km，平均水深40m，最深处达73m，属横断山脉中段的大型高原淡水湖泊。

泸沽湖区生态环境良好，湖周群山环抱，湖水清澈透明，湖面似一弯新月，恬静秀丽。湖中分布着6个形态各异的岛屿，岛上多为石灰岩，怪石嶙峋，灌木、藤蔓丛生。当地群众敬奉的神山——狮子山耸立在湖边，雄伟壮丽，山上分布着茂密的原始森林。由于景区地旷人稀，交通闭塞，生态环境未受大的破坏，整个景区保持了原始的、粗犷的格调，是藏在深山里的一颗旅游资源明珠。

泸沽湖地区居住着蒙古、藏、彝、普米、纳西、白等少数民族，民风民俗多样，尤以土著摩梭人至今保存着母系家庭和“走婚”习俗最为独特。

泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶；她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

泸沽湖位于宁蒗县与四川省盐源县交界的地方，面积约50多平方公里，在泸沽湖畔居住着一个古老的民族——摩梭人。严格来讲，摩梭人不是一个独立的民族，它应当属于纳西民族的支系，可是偏僻的生活环境使他们在经济生活和文化生活都逐渐形成某些不同于纳西民族的特点，因而，人们便习惯地称他们为摩梭人，作为一个单独的民族来看待。在经济生活上，他们早出晚归，男女共同劳动，自给自足；在文化生活上，他们除了自己本民族的原始宗教达巴教的信仰之外，还不断接受外来文化的洗礼，喇嘛宗教的接受就是一个明显的例子。除此之外，更让人注意的是他们的婚姻——阿夏走婚制。我想，大家一定会对女儿国的走婚制感兴趣，今天我就会大家详细介绍一下。

泸沽湖

首先我们还是先来欣赏美景，现在您的前方那片蓝色的湖泊就是泸沽湖，可能在您看来那里只不过是一块“水库”大小的地方，可是生活在这里的2万余人的摩梭人就是靠这里的水繁衍生息的，大家看，在泸沽湖畔有一个村子，那里便是摩梭人的家——落水村，因为“泸沽湖”一词在摩梭语中意为“落水”因此得名。

川格姆女神山

在大家的前方有一座山，山的形态似一位躺在湖中的温柔女子，这座山名叫川格姆女神山，当地人视为神仙，关于这座山还有一个美丽的传说。

情人桥

各位游客，现在在你们面前可以看到的一坐木制的桥，横跨草海的两岸，这个桥有个十分浪漫的名字叫情人桥。据说，在这个桥修建之前草海两岸的年轻男女要走婚是非常困难的，由于相隔有草海，草海里面的草常常会把来往的船给给缠上，所以坐船到对岸是相当不方便的，为了让两岸的男女不再受相思之苦，便有了我们现在的这个情人桥了。

阿夏走婚制

说到情人桥，就不能不提到我们泸沽湖所特有的婚姻习俗了，即阿夏走婚制。阿夏走婚即“男不娶、女不嫁”的婚姻，也就是婚后仍各自居住母亲家，晚上男方去女方家过夜，早上便回到自己母亲家，所生子女一律由女方抚养。由于这种婚姻是以男方的“走”来实现的，所以俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品去女方家说亲，征得女方家老祖母的同意，方可走婚。

这种婚姻与现代都市婚姻不同，它不受金钱及各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人自由放飞情感的婚姻。双方所生的子女属于女方，采用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养的责任。而且一个男子或一个女子的“阿注”数目可以是一个也可以是多个，男女双方的“阿注”关系也不是固定不变的。但是和我们有点相同的是：男女之间在选择上也要避开家庭中母系血缘的关系。在结交阿注的过程中，女方的意愿会受到最大限度的尊重，一般都是以女方的爱憎为取舍的。

“阿注”婚的建立是很自由的，那么要解除这种关系也比较方便。经过一段时间的相处，双方如果觉得不合，感情淡漠或破裂，任何一方要结束这种关系也很简单，一般情况是：假若男女不愿维持“阿注”的关系，只要给女方说一句“我以后不来了”就行了；或者长期不走访女方，婚约自动解除。如果是女方不愿意，就可当面告诉男方“你不要来了”，或者在男方走访时，面带难色或拒绝进入花房男方自讨没趣，就该理智的退出。

这就是摩梭族神秘的走婚制。很多人不理解为什么这种婚姻方式可以一直存在，这个疑问一直到现在也都是未解之谜，我只能说，存在的即是合理的，这种婚姻制度的维持必定适应着摩梭族的发展。好了，关于泸沽湖我就为大家介绍这么多，接下来，大家可以参观一下这里的喇嘛宗教。

各位朋友，今天我将带您离开喧嚣的城市，到一个充满自然气息与人情味的地方，那里是人们心目中的理想圣地，到过那里的老人们说那是一个让人眷恋的地方；年轻人说那是一个让人对美好生活充满憧憬的地方；我说那是一个让人品味人生的地……那里就是泸沽湖——人类最后一块母系社会的大家园。

阿夏走婚即“男不娶、女不嫁”的婚姻。也就是婚后仍各自居住母亲家，晚上男方去女方家过夜，早上便回到自己母亲家，所生子女一律由女方抚养，俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品去女方家说亲，征得女方家老祖母的同意，方可走婚。

这种婚姻与现代都市婚姻不同，它不受金钱及各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人自由放飞情感的婚姻。

讲到这种古老的走婚习俗，我想大家可能会和我一样担心现代文明会把他们同化，的确，这里的旅游业发展了，外来文化的介入已使摩梭人的生活发生了变化，在婚俗方面，这里已出现了“一夫一妻”制的家庭；在精神文化生活方面，他们除了本民族的歌舞，打跳等一些传统的娱乐方式外，也喜欢港台流行舞曲，当您从摩梭人居前经过时，也可以听到多愁善感的摩梭少女在哼着流星雨，星语必愿等一些流行歌曲，大家是不是以为他们真的已被外来文明同化了？其实，大家错了，他们只是用外来文明的外壳将自己藏起来，我们都是局外人，有些东西用我们的眼睛是永远无法看透的，不过，请大家相信，摩梭人会用现代文明来保护自己的，讲到这里，大家是不是迫不及待地想看看那个神秘的地方呢？那就请您向前看！

在您的前方那片蓝色的湖泊就是泸沽湖，可能在您看来那里只不过是一块“水库”大小的地方，可是生活在这里的2万余人的摩梭人就是靠这里的水繁衍生息的，大家看，在泸沽湖畔有一个村子，那里便是摩梭人的家——落水村，因为“泸沽湖”一词在摩梭语中意为“落水”因此得名。

在大家的前方有一座山，山的形态似一位躺在湖中的温柔女子，这座山川格姆女神山，当地人视为神仙，关于这座山还有一个美丽的传说。

现实中的泸沽湖是一个让人品味人生的地方，生活在这里的摩梭人就是人生哲学的老师，如果您想真正了解这里，走进这里，那么就请大家随我一起走进摩梭人的家。

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词篇九

泸沽湖位于云南宁蒗县与四川盐源县之间的崇山峻岭中，距宁蒗县城69公里。湖面积52平方公里，平均水深45米，最深处达93米。湖水清碧，最大能见度为12米。湖水向东流人雅砻江、金沙江，属长江水系。整个湖泊，状若马蹄，南北长而东西窄，形如曲颈葫芦，故名泸沽湖。扯挎山丫口立着一个横跨公路的彩门，彩门以下约200米的路段是观赏泸沽湖全景的最佳地点。在这里，你可以清楚地看到泸沽湖美丽的曲线轮廊，翠青的吐布半岛散在蓝玻璃镜面般的湖面上，格姆女神山(狮子山)在湖北岸姿容端庄。如果恰是春天，你的镜头下缘还是串串簇簇的红色山花。

泸沽湖美丽的身形像一个马蹄印，相传这是格姆女神和她的“阿夏”瓦如卡那男神相会那晚，因缠绵沉醉，男神跨上神马刚准备离去时天就亮了，天亮后他再不能回去了，神马被缰绳一紧而踏下一个深深的马蹄窝，马背上的男神化成了东边回头望的瓦如卡那山，女神伤心的眼泪注满了马蹄窝，她自己化成了格姆山。这是一个被爱情的眼泪注满的湖泊。你看懂它马蹄印形的故事后，再走湖畔的摩梭村寨，就准备好了一个畅游“女儿国”的美丽心情。

泸沽湖素有“高原明珠”之称。湖中各岛婷婷玉立，形态各异，林木葱郁，翠绿如画，身临其间，水天一色，清澈如镜，藻花点缀其间，缓缓滑行于碧波之上的猪槽船和徐徐飘浮干水天之间的靡梭民歌，使其更增添几分古朴、几分宁静，是一个远离嚣市，未被污染的处女湖。11月，泸沽湖景区被国家旅游景区a评委专家评定为aaaa级风景名胜区，泸沽湖门票为100元。

泸沽湖位于川滇交界外的四川省盐源县泸沽湖镇，距西昌市258公里，宛如一颗洁白无瑕的巨大珍珠镶嵌在祖国的西南部。她那如诗如画的旖旎风光，亘古独存的母系氏族遗风民俗，中的“诺亚方舟”，喇嘛教的朝钟暮鼓，是那样的惹人瞩目，使众多游客的目光投向这块神秘的土地泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕也是四川的第一大天然淡水湖，被誉为“高原明珠”。湖的西北面，雄伟壮丽的格姆山巍然矗立，这即是摩梭人人为之崇拜而人格化的格姆女神。湖的东南南，与草海连接，这里牧草丰盛，牛羊肥美，浅海处茂密的芦苇随风荡漾，蔟蔟的花草迎风招展，每到冬季，天鹅、黑颈鹤等珍稀候鸟数以万计栖息于此，平添一种生气，一种景致。湖周，在那茂密的原始森林里，豹、獐、鹿、岩羊、小熊猫、短尾猴、斑羚羊等珍稀动物出没其间，给人几分畏惧，几分野趣。湖畔，阡陌纵横，田园万顷，日出而作，日落而息，木摞房舍，炊烟袅袅，牧歌陈陈，渔火点点，阿哥阿妹，结伴相随，好一派景象万千的农家农园，令游人魂不守舍。

**泸沽湖导游词篇十**

女士们、先生们:

我们现在踏上了游览泸沽湖的漫漫旅途，这次旅行，大家都为了亲历一番今世难找的\"女儿国\"风情，一睹那深藏在山乡水国的母系社会。但是，由于旅游的时间有限，大家都不可能长住下来详细了解。而且，出于对当地摩梭人的尊重，也不能贸然去提问人家的独特习俗。尤其是我们有些人听到的是一些并不准确的情况，比如走婚是不是乱婚?男人有劳力为什么没有地位?儿女都不知道父亲是谁吗?这一类的怪问题，我相信大家到摩梭人家中作客，初次见面也不可能就这样不礼貌的提问。因此，我想利用行车途中的时间，为大家作一个简要的介绍，以便大家到了那里通过仔细的观察和体会，获得实在的解答。

泸沽湖位于四川省盐源县的左所和云南省宁蒗彝族自治县的永宁交界的群山之中，是一座非常美丽的高山湖泊。湖区居民主要是摩梭人。过去有一种说法，认为他们是纳西族的一支，另有一种说法，说他们是蒙古族，但是摩梭人则认为自己就是摩梭族。摩梭人世世代代就住在这群山阻隔的泸沽湖畔，以农耕和渔猎为主要生存手段，以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，和平友爱，与世无争，过着简朴安宁的\"世外桃源\"式的生活。

旅游业发展以来，这个有\"东方女儿国\"之称的泸沽湖声名远播，探访、旅游的人们接踵而来，泸沽湖秀丽的原始美景，摩梭人纯朴友爱的习俗，总是令这些饱经现代文明薰陶的游客们羡慕不已。

现在，请听我介绍摩梭人的独特风俗。

母系家庭

母亲之神，是摩梭人崇拜的诸神中最崇高、最伟大的神。

母亲，是摩梭人生活中的轴心和靠山。摩梭人离不开母亲，离不开以母亲为户主的家庭，而且在家庭中以母为尊，以女为贵。泸沽湖的大多数摩梭人家庭，是以女性为中心的母系大家庭。

在母系家庭中，男不娶、女不嫁。夜间，女在家中接待来自另一家庭的男阿肖;而男则外出与另一家庭的女阿肖偶居。所生子女，皆属女方，血缘按母系算，财产按母系继承。

家庭中由一个最能干、公正而且有威望的妇女安排生产、生活、保管财产，摩梭语称这人为\"依杜达布\"或简称\"达布\"。家庭成员都绝对服从达布的安排。而\"达布\"往往是自然产生的，不需经过任何选举和仪式。

摩梭人的母系家庭成员，如果是一女单传，自不必说。如果是几个姐妹的家庭，她们的子女按我们的说法是姨表兄弟姐妹，在他们均视如一母所出，不分彼此。家庭成员十分团结和睦，视\"攒私房钱\"、闹分家等为耻辱。他们共同劳动，有事共同商量，民主气氛浓厚，尊重集体意见;他们尊老爱幼，尤其对老弱残者给予特殊照顾和尊重。同时，因无嫁娶关系，家庭只有母女、兄弟姐妹关系，没有婆媳、妯娌之类的矛盾，彼此很少发生吵闹、纠纷。老年人都能得到下辈的精心照顾。

在母系家庭中，长期以来形成了一套约定俗成的传统观念和道德规范。即:抚养儿女是母亲及其姊妹兄弟的责任。如不守\"古规\"，便是没有\"良心\"，会受到社会的批评和谴责，甚至惩罚。

家庭中不论男女，将自己的生母、生母的姐妹，生母兄弟的女阿肖，一概视为\"母亲\"。再以年龄区别大小，年长于生母者称\"阿咪直。年幼于生母者称为\"阿咪吉\";将生母的兄弟、生母及其姊妹的男阿肖，皆视为\"舅舅\"，统称\"阿乌\"，也有的将后者称\"阿波\"即叔父的。

在生产劳动中，由于过去摩梭人有三分之一的男子当喇嘛，三分之一为土司服役和从事赶马运输，所以农业生产也以女性为主，在摩梭人中，没有排斥女性从事劳作的禁忌和谚语。当你漫步在泸沽湖畔，可见山野之中，摩梭女子在辛勤的劳作，而很少见到男子的身影。妇女当家作主的\"女儿国\"，在这里是名副其实的。

走婚

人类的婚姻家庭形式，经历了漫长的变迁，艰难的选择，从群婚到血缘家庭，再从对偶婚到如今的一夫一妻制。在全人类都普遍实行一夫一妻制配偶的今天，在泸沽湖，却仍然留着古代早期对偶婚特点的\"阿肖\"婚姻形态。

\"阿肖\"是泸沽湖摩梭人中有情爱关系的男女双方的互称，彼此又称\"肖波\"。\"阿肖\"婚姻的显著特点是:亲密的伴侣之间不存在男娶女嫁，男女双方仍然属于自己原有家庭。婚姻形式是男方到女方家走访、住宿，第二天清晨回到自己家中。因为是由男方的\"走\"而实现的婚姻，所以当地人又称这种关系为\"走婚\"。双方所生子女属于女方，采用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养的责任。一个男子或一个女子的\"阿肖\"数目可以是一个或者多个，男女双方的\"阿肖\"关系也不是固定不变的。

这种婚姻关系不受家长、亲族的干预、强迫，也不太注重对方的门第、身份和地位，选择上避开家庭中母系血缘的关系，着重对方的人品、才干、外貌等，在结交阿肖中，女方的意愿受到最大限度的尊重，一般以女方的爱憎来取舍。

\"阿肖\"关系的建立较为自由，而且以感情为主要基础。在劳动中，在转山、转海等节日中，在日常生活和相互帮助的交往中，或因对方勤劳诚实的品格产生了爱慕，或因对方俏丽的容貌、活泼的性格感染了自己……便可向对方表示自己愿意结交\"阿肖\"的心愿。一般是男方向女方赠送诸如花头巾、衣服等礼物，如果对方乐意接受，便可建立关系。如果女方有意，也可以大胆表露，例如主动从男方身上\"抢\"走一支钢笔、一块手巾甚至一个空烟盒;或者主动赠送男方自己绣的腰带，做的食物。如果对方乐意，也可建立关系。起初，男阿肖在走访女阿肖时，都要回避女子的舅舅、兄弟，随着时间的推移，才可逐渐随便起来。

\"阿肖\"关系的建立比较自由，解除这种关系也较方便。经过一段时间相处，双方如果觉得不合，感情淡漠或破裂，任何一方要结束这种关系也简单，一般情况是:假若男女不愿再维持\"阿肖\"关系，只要给女方说一句\"我以后不来了\"就行了;或者长期不走访女方，婚约自行解除。如果是女方不愿意，就可当面告诉男方\"你不要来了\"，或者在男方走访时，面带难色或拒绝进人花房，男方自讨没趣，就该理智地退出。在结?\"阿肖\"期间，男女双方无论任何一方如果知道对方另找\"阿肖\"时，通常要给其送一个用麻布包着火炭、海椒、鸡毛的小包，以示警告或绝交。如果对方愿意改悔，就该向送包者赔礼道歉，这样就可以言归于好。

游客们或许会觉得，在世界众多民族中，不乏仍处于原始状态的民族，但时至今日均无\"走婚\"这一特殊的风俗。而阿肖走婚为什么仍存在于泸沽湖摩梭人中间?为什么外界的影响对摩梭人母系社会的作用如此软弱?为什么摩梭人大多愿意选择走婚而不属其他形式的婚姻?对这许许多多疑问，我只能告诉你们，这至今是一道世界级的未解之谜。泸沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。他们在属于自己个人所有的花房里纺织少女梦，实现她的，清真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤;她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶;她们按照自己的质朴本性，遵循自己心灵的指引，在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱;在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色;在摩梭人最隆重、最热烈、最欢乐的格母女神的庆典——转山节中尽情地唱，尽情地跳，尽情地享受生活。

猪槽船——湖上交通工具

说起猪槽船，摩梭人有一个动人的故事。很久以前，泸沽湖不是湖，而是一块低洼的盆地。那里有着九个村寨，周围都是莽莽森林，土肥草美，粮丰物茂。西面狮子山脚偏北的山岩下，有一个涌泉之洞。一年四季，清澈的泉水从这里流出。有个放牧的哑巴每天带着餐用的粑粑，在这里放牧。渴了就在这股泉水里喝上几口。有一天，洞里不出水了，他很奇怪。一看，原来是一只大鱼堵在洞口。于是，哑巴抽出腰刀割下一块鱼肉烧着吃了。第二天，鱼身上被割去的地方又长复原了。从此，哑巴不再从家里带食物，每天以鱼肉做午饭。

时间一长，家里人见哑巴不带食物出门，仍然长得红光满面，不禁感到奇怪。问哑巴，哑巴却说不出来，便尾随他看个究竟。一见洞口那条大鱼，贪婪的人们便想拖回家中享用。于是赶去了九架十八头牛，架上抬杆，用九根绳子设法套住鱼，拼命往外拉，鱼被拖了出来，但灾难随之发生了。大水从洞口汹涌而出，顷刻间淹没了所有的村寨，也淹没了所有人畜，整个盆地成了一片汪洋，形成了今天的\"谢纳咪\"即泸沽湖。唯有一个正在喂猪的妇女，见大水滚滚而来，危急时刻，她急中生智，迅速跳进了猪槽，逃脱了灾难，得以幸存。后人为了纪念这位勇敢而智慧的妇女，一直沿用这种猪槽状的独木舟。

与原始的母系大家庭和以女方为主的阿肖走婚相适应，摩梭人独特的\"木摞子\"房屋，也处处体现与众不同的特点。木摞房是用树干砍方后垒造出来的，顶上用木板盖着，一般为四合院或三方一照壁，再配以劈柴围墙或土板围墙形成别具一格的院落。

整个院落内分正房、经房、花房和畜厩四部分。

正房，摩梭人称为\"依梅\"，一般坐北向南或坐西向东。结构较为复杂而独特，是家庭成员集体居住、用餐、炊煮、议事、举行重大仪式和接待客人的场所。正房四壁约需200根圆木，垒成正方形。修建正房时，需要经过一系列复杂仪式，如占卜吉日、砍伐木料、奠基仪式、上梁仪式、升火仪式等。正房房顶为人字坡形，其顶中心安有铁制三齿叉和一面印有祈祷经文的旗子，屋顶后侧边通常都有天窗。屋面用宽15厘米，长1米左右的杉木板盖顶，上有压石。木摞房四周距木杆垒成的壁2米宽处，均有与之相连的木架，并围之以土墙，围绕房屋的左、右和后方。

正房前面则以木板为壁，从而将正房分为正室、左室、右室、后室和前面的起廊，每室之间互相隔离。左室为卧室，右室置磨、火灶或堆放农具之类，亦可作卧室。正房前方的两层木楼房称为:\"尼扎意\"，又称花房，是家庭中成年女性的卧室。

楼上分隔成2至4个单独的小房间，家庭中凡有性生活能力的成年女性，每人均可分得一间。每间花房内置有卧具、茶具或一个小火塘，以及该房间女主人的个人衣物用具。

夜间，拥有花房的青壮年女子总是到自己的卧室居住。因母系家庭中的男子总是到女阿肖的花房过夜，故家中没有他们的卧室。如其不外出走访女阿肖，他们便与老年舅舅居于一室，或宿于畜厩之上的草楼。

正房前上方的经堂，为两层楼房。上为经堂，下层贮存柴草或杂物。

这样的院落，房顶上升起袅袅轻烟，花房上遍布美丽的十样锦花;畜厩里散放出马粪和干草味儿;耳边响起悠悠的诵经声，远处不时传来几声鸡鸣狗吠……使人感到一种和谐、宁静和温馨。

转山转海

转山转海是摩梭人祭祖山神和水神的重要方式之一。

由于摩梭人信奉鬼神，崇拜大自然，相信天地、日月、星辰、风雨、雷电、火等皆有神灵，并且认为农历每月初一、十五，或初五和二十五，神灵们都要出来活动，此时朝拜就会得到神灵的保佑。因此，每到这些日子，当地摩梭人就要转山烧香祭祖山神，转海祭海神。八月十五还要吹海螺祭月神等。

最隆重的转山节是农历七月二十五日，这天是祭祖格姆女神的盛大节日。

这天一早，天空中稀稀落落的晨星刚刚隐去，玫瑰红的朝霞

才抹上山头林梢，轻纱般的薄雾还在湖面上飘浮，湖畔的村村寨寨便欢腾起来。男男女女，老老少少，全都换上了新的衣裳，佩上漂亮的服饰，带着丰盛的酒菜，喜气盈盈地从木摞子房里走出来从山间林中钻出来，从猪槽船上跳上来，大家从四面八方涌向格姆神山。人们到了山脚下，先向格姆山烧香祈祷，敬献瓜果酒肉。然后以此为起点环山绕行。转山的人们一路歌舞，一路游玩。转到距山顶百米处的一个山洞，当地人称?\"格姆尼柯\"，意思是格姆仙人洞的洞口，便将带来的青叶、松枝、鲜花敬献于此，作为对格姆女神的朝拜和礼赞。然后逐渐散去。

好了，有关摩梭风情的介绍就说到这里。

**泸沽湖导游词篇十一**

泸沽湖位于云南宁蒗县与四川盐源县之间的崇山峻岭中，距宁蒗县城 69 公里。湖面积 52 平方公里，平均水深 45 米，最深处达 93 米。湖水清碧，最大能见度为 12 米。湖水向东流人雅砻江、金沙江，属长江水系。整个湖泊，状若马蹄，南北长而东西窄，形如曲颈葫芦，故名泸沽湖。 扯挎山丫口立着一个横跨公路的彩门，彩门以下约200米的路段是观赏泸沽湖全景的最佳地点。在这里，你可以清楚地看到泸沽湖美丽的曲线轮廊，翠青的吐布半岛散在蓝玻璃镜面般的湖面上，格姆女神山(狮子山)在湖北岸姿容端庄。如果恰是春天，你的镜头下缘还是串串簇簇的红色山花。

泸沽湖美丽的身形像一个马蹄印，相传这是格姆女神和她的“阿夏”瓦如卡那男神相会那晚，因缠绵沉醉，男神跨上神马刚准备离去时天就亮了，天亮后他再不能回去了，神马被缰绳一紧而踏下一个深深的马蹄窝，马背上的男神化成了东边回头望的瓦如卡那山，女神伤心的眼泪注满了马蹄窝，她自己化成了格姆山。 这是一个被爱情的眼泪注满的湖泊。你看懂它马蹄印形的故事后，再走湖畔的摩梭村寨，就准备好了一个畅游“女儿国”的美丽心情。

泸沽湖素有“高原明珠”之称。湖中各岛婷婷玉立，形态各异，林木葱郁，翠绿如画，身临其间，水天一色，清澈如镜，藻花点缀其间，缓缓滑行于碧波之上的猪槽船和徐徐飘浮干水天之间的靡梭民歌，使其更增添几分古朴、几分宁静，是一个远离嚣市，未被污染的处女湖。 20xx年11月，泸沽湖景区被国家旅游景区a评委专家评定为aaaa级风景名胜区，泸沽湖门票为100元。

泸沽湖位于川滇交界外的四川省盐源县泸沽湖镇，距西昌市258公里，宛如一颗洁白无瑕的巨大珍珠镶嵌在祖国的西南部。她那如诗如画的旖旎风光，亘古独存的母系氏族遗风民俗，基督教中的“诺亚方舟”，喇嘛教的朝钟暮鼓，是那样的惹人瞩目，使众多游客的目光投向这块神秘的土地泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕也是四川的第一大天然淡水湖，被誉为“高原明珠”。湖的西北面，雄伟壮丽的格姆山巍然矗立，这即是摩梭人人为之崇拜而人格化的格姆女神。湖的东南南，与草海连接，这里牧草丰盛，牛羊肥美，浅海处茂密的芦苇随风荡漾，蔟蔟的花草迎风招展，每到冬季，天鹅、黑颈鹤等珍稀候鸟数以万计栖息于此，平添一种生气，一种景致。湖周，在那茂密的原始森林里，豹、獐、鹿、岩羊、小熊猫、短尾猴、斑羚羊等珍稀动物出没其间，给人几分畏惧，几分野趣。湖畔，阡陌纵横，田园万顷，日出而作，日落而息，木摞房舍，炊烟袅袅，牧歌陈陈，渔火点点，阿哥阿妹，结伴相随，好一派景象万千的农家农园，令游人魂不守舍。

泸沽湖畔居住的纳西族摩梭人，婚姻独特，风俗独特，家家之主，皆为女性，其家庭成员血缘，均为母系血统。如家庭成员中，祖辈只有外祖母及其兄弟姐妹，母辈只有母亲，舅舅和姨母。阿肖婚的子女则称走婚父亲为“阿波”或“阿达”。

在这里，一切都是那么神奇，那么古朴，无论是成丁礼、阿夏婚、母系家庭、丧葬，都是绝无仅有的。每个礼仪，每种风俗，都是一个个优美动人的故事，一支支优扬动听的牧歌，无不充满几分神秘，几分浪漫，几分诗情，几分画意，从而给人以遐想与思忆。 泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。 在泸沽湖这块肥沃的土地上，人们的饮食文化也浓浓地染上了自然、古朴的特点。时至今日，纳日人的饮食无论主食还是副食，仍是以山间泉水、芳草、果仁、五谷杂粮作佐料，人工自酿、自腌、自烤、自煮后置于坛里，放于火上、锅里而后数日、数月直至数年才开启供已食用，供远方来客品尝，这就是泸沽湖有名的猪膘肉、苏里玛酒、酸鱼、烤鱼干、牛头饭、猪肠血米等。这些美食佳肴，令您目不暇接，回味无穷。

**泸沽湖导游词篇十二**

泸沽湖位于云南省丽江宁蒗县与四川盐源县之间,南距宁蒗县城72公里。湖面海拔2685米,面貌约48.5平方公里,其中云南境内30.5平方公里,总容水量19.53亿立方米,湖水向东流人雅窘江,最后注入金沙江,属长江水系。该湖平均水深40米,最深处达93.5米,在云南湖泊中,仅次于澄江抚仙湖,居第二位。

其实，泸沽湖是由断层陷落而形成的高原淡水湖，摩梭语“泸”为山沟，“沽”为里，意为山沟里的湖。过去，这里地处偏僻，人稀少，自然环境破坏较轻，因此湖水异常洁净，最大透明度可达11.5米;虽然四周高山一年有三个月积雪，但湖水终年不冻，水体清澈，水质微甜，是我国目前少有的污染程度较低的高原深水湖之一，湖光秀丽四时变幻;早晨，朝阳初露，湖水如染，一片金红;太阳徐徐上升，湖周青山，倒映其中，湖水变为翠绿;夕阳西下，风平浪静，又成一片墨绿。夜色幽静,微风柔漫,星星闪动,让你如梦如幻。

泸沽湖不仅水清,而且岛美。泸沽湖四周青山环抱,湖岸曲折多湾,共有17个沙滩、14个海湾;湖中散布5个全岛、3个半岛、1个海堤连岛,一般高出水面15至30公尺,远看象一只只绿色的船,飘浮在湖面。其中,宁蒗一侧的黑瓦吾岛、里无比岛和里格岛,成为湖中最具观赏和游览价值的三个景点,被誉为\"蓬莱三岛\"。黑瓦吾岛位于湖心,距离湖岸落水村2500米,岛上树术葱笼,百鸟群集,是南来北往的候鸟、野鸭的栖息之处,也是昔日永宁土司阿云山总管的水上行宫,美国学者洛克也曾旅居于此,并在《中国西南古纳西王国》书中赞为\"真是一个适合神仙居住的地方\"。里无比岛与黑瓦吾岛相距3公里处在一条直线上,永宁土司阿云山之墓即在此岛。岛上藤树茂盛,鸟语花香,建有经堂,红墙黄瓦,香烟缭绕,白塔倒影,平添几分神韵。里格岛位于狮子山下,是泸沽湖北缘海湾内一个美丽的海堤连岛,三面环水,一条毛石小路与海堤相通,环境十分幽静。岛上住有十多户摩梭人家,古老的术楞子房,都沿岛而筑,屋舍门窗面对水面,开窗即可垂钓,悠然如在仙境。

清乾隆年间所编的《永北府志》已将\"泸沽三岛\"列为胜景之一,文人墨客争相前往游览,咏诗作文赞颂。郡人谢秉肃的《泸湖三岛》诗云:\"何处来三岛,苍茫翠色流。鳞胸吞海气,缭渺壮边障。叠幢临波动,连峰倒影浮。浦寒猿啸月,汀冷雁鸣秋。雨后烟鬓净,云中螺碧幽。乘搓如有约,即此是仙洲。\"此诗生动地描绘了泸沽湖三岛翠色流淌、缭渺壮观、月夜猿啸、深秋雁鸣,以及雨后洁净、云中幽深的奇丽景致,泸湖乘船攀岛,如同与仙人有约,令人陶醉。

泸沽湖素有\"东方女儿国\"之称,居住湖畔的摩梭人至今仍保留着母系社会男不娶、女不嫁,男女之间建立偶居婚姻关系的走婚习俗,带给人们一种神秘的感觉,并且成为当今世界研究人类社会形态和母系社会婚姻习俗的鲜活材料。这里的村落民房多系\"别木为屋\"的井干式建筑,构成独特的摩梭民居景观。人们常用的猪槽船,系将独木挖空为舟,驾舟进湖不仅需要胆量,而且得有高超的平衡力和划船技术,别具一番情趣。

泸沽湖在群山环抱中，海拔2690米。这里冬暖夏凉，四季如春，全年平均温度为17℃左右，降水少，早晚温差大。雨季在7-9月，1月的平均温度为5-6℃，7月平均温度为19-20℃。全年阳光明媚，冬季湖水也不会结冰。泸沽湖的气温比丽江低，所以去那里之前，一定要准备好保暖的衣服。而且泸沽湖的湖水温度低，哪怕是夏季，湖水也冰冷彻骨，所以最好不要下湖游泳。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com