

只见别人的眉毛短，不见别人的头发长。
 酒醉之人可清醒，迷财之徒永糊涂。
 放牛时不唱山歌，牦牛吃草也不香。
 雪怕太阳花怕霜，人间最怕无知识。
 鸡长双翅不能高飞，兔脚虽短却能翻山。
 有热情而没知识的人，如同骏马没有缰和鞍。
 不吃草的牛羊有疾病，不言语的人有心病。
 密林中没有不弯曲的树木，世界上没有十全十美的人。
 笔直的树用处多，心诚的人朋友多。
 穗小的青稞总是仰起头，穗大的青稞总是低着头。
 老天不会下金雨，大地不会长银苗。
 美丽的鸟翅在外表，学者的智慧在腹中。
 宁要清白的声誉，不要堂皇的外表。
 人到异乡怀念故乡，人在故乡惦记亲友。
 人要有头脑，树要有枝叶。
 人要知羞耻，鞋要有底子。
 故乡是地狱也觉欢乐，异乡是天堂亦感忧伤。
 富翁摆酥油是假意，穷人斟清茶是真心。
 人人都有各自的命运，命运都有不同的路径。
 逗乐玩笑句句幽默，吵嘴闹架字字伤人。
 地不长无名之草，天不长无用之人。
 懦夫在家里显威风，恶狗在门前逞凶狂。

第三章 自然及人文景观

第一节 自然景观

德格县复杂的地质地层构造运动，形成境内多处奇险景区。冰川掘蚀形成新路海、木
 日错高原湖泊，河流深切形成以一线天为代表的多处大峡谷以及四季冰封的绒麦峨扎雪
 峰和大小冰川，水草丰茂的草原和分布在全县各地的 10 余处温泉，都极具开发利用价值。





新路海景区 新路海藏语称玉隆拉措，“隆”是倾、“拉”是神、“措”是湖，意为令神仙倾倒的湖泊。新路海属省级白唇鹿自然保护区。位于马尼干戈乡境内雀儿山东南麓，离马尼干戈乡政府 12 千米，距县城 100 千米。新路海呈南北走向，如一颗平放的心。水深平均 10 米，最深处可达 15 米，水位常年不变，面积达 6.2 平方千米。北端有一溪流下切入谷口，向北流出 400 米注入错曲。湖水清澈透明，是传说中的瑶池之水。身临其境，给人一种荡涤心中尘埃，杂念顿消，心旷神怡之感。湖水夏动冬静，在夏季，有大群五彩缤纷的鱼儿游动。虔诚的信教徒在湖周围的石头上刻有“喻嘛呢叭吽哄”经文，从这些经文中，你会窥见藏文化悠久灿烂历史的一角。新路海是季节性牧场，夏季来临，绿草如茵、野花如织，成群的牛羊在这片水草丰茂的草原上尽情享受上天的恩赐。

新路海景区畜群、绿草、野花、森林和兀立的黑帐篷与蓝天白云相互衬托，勾画出一幅世外桃源的美景。湖滨山坡覆盖着以云杉、冷杉的针叶林，间杂着小叶杜鹃、雪莲花等珍稀植物。1995 年 8 月，设立新路海白唇鹿自然保护区，白唇鹿（当地叫红鹿子）是保护区的珍稀动物，其雍容华贵的仪态，堪称一道亮丽的风景。景区内有一级保护动物白唇鹿、豹等 10 余种，有国家二级保护动物雉、金雕、旱獭等 30 余种。景区内的冰川与湖岸相隔很近，其倒影投入湖中，仿佛水中晶宫。1999 年 4 月，新路海景区被四川省人民政府评定为自然保护区。

卡松渡生态区 纯生态自然风景旅游区。位于卡松渡乡境内，金沙江流域一线，距县城 99 千米。该风景区面积 29 764.1 公顷，林业用地面积 7 609.5 公顷（森林面积 4 535.7 公顷，灌木林地面积 3 014.2 公顷），非林业用地面积 22 154.6 公顷，森林覆盖率 15.24%。与汪布顶、俄支、俄南三乡相连，形成沿江自然生态旅游风景区。区域内野生动植物资源十分丰富，种类多、数量大、分布广，具有生物的多样性和复杂性，有各类珍稀动物 40 余种，有野生植物 170 余种。金沙江畔分布的古碉，为岭·格萨尔时期所建，不少寺庙亦存有岭·格萨尔时期的甲冑等文物古迹。

卡松渡自然生态旅游风景区，冰川横陈，山峦逶迤，林莽纵横，涵盖三沟六瀑十二溪，风光旖旎，美景如画。俯瞰之，一片苍莽，波澜起伏，就像绿色的海洋一望无际。林海中，川西云杉直插云端，松柏古木盘根虬枝，势透泼墨山水之神韵，却更见“疏可走马，密不透风”之精巧，一派茂盛苍翠。这里不仅森林植被丰富，局部温湿气候也是各类动物繁衍生息的场所。

喇格石棺墓群 1999 年 10 月，喇格石棺墓群被州政府列为文物保护单位。位于龚垭乡境内，离龚垭乡政府 26 千米，距县城 38 千米。喇格古墓群属春秋战国时期古墓。古墓群面积约 1 平方千米，有几百座之多。各墓之间的间距也极为考究，排列整齐，方向均头西脚东，墓长 2 米左右，短的仅为 1.4 米，宽为 45 厘米的条穴土坑里、土坑上均覆以石板。在墓群中曾发掘出少量的砂墨陶罐及古瓦片、砂陶片，古物可让游人感悟远古部族人群生产、生活及风俗文化的概貌。

睡佛及一线天 位于柯洛洞乡境内，距县城 26 千米，国道 317 线穿行于景点之间。相传岭·格萨尔王崛起于阿须草原后，率军征战。当率诸将士向德格方向进发时，翻越了

终年积雪的雀儿山，行至柯洛洞时，前方山峦高耸，绝壁横阻，无路可行，在柯洛洞屯兵五日后，格萨尔王靠在虎座上迷糊之际，耳边传来佛祖的法渝“次日太阳初升之时，登高远眺，我将给你一条通往善地之路”。第二天一早，格萨尔王登上后山，极目远眺，猛然间发现佛祖正仰天合十于西山之巅。格萨尔王立即传令众将士向此进发，行至山脚，一道亮光直通善地，山崖被佛祖用手劈开一条通路，两边峭壁如斧壁刀削，仰望也只能看见窄窄的一线天空。放眼望去，整座山峦如一仰天而卧的睡佛，合掌于心，口中念念有词，佛法之气顿然弥漫于整个山峦之间。沿此山脉直贯而入，两面山体直逼而来，如刀削一般横亘于你的面前。松杉倒挂，虬枝盘亘，飞流直泻，脚下激流涌动，偶有门扎寺钟鸣声回绕壁间，自有一番超凡脱俗之感，不得不叹谓大自然的鬼斧神工。进入狭壁，仰面只见头顶露出一条清缝。

多普沟景区 多普沟位于普马乡境内，离普马乡政府3千米，距县城117千米，地处麦宿沿普马乡上溯的原始荒原地带，像浓绿厚重的叶片依附在多加木郎神山之中。整个多普沟生态旅游区占地面积1112平方千米。四处景色各异，古朴而不乏清纯娇妍。时逢坳间、梁岗处星落着温泉湖泊，若散落的珍珠瑰丽明净。这里是青稞酒和锅庄的故乡，随处可聆听到悠缓流畅的弦音和奔快优美的歌曲，男人粗犷剽悍，女子则娟秀多情。进入多加木神山，景致别有洞天。这里就像是美景博览园，侧身之间，景色移步。四面山峦千姿百态，或怪异，或俊秀，直耸天穹。山山之间，云雾弥漫，如织如幻，传说中的“时光隧道”赋予多普沟更加的飘渺逸远。低凹处大小湖泊20多处，像琥珀弥散其间。湖色随太阳照映，色泽变幻无穷，忽如跳跃的火海，忽如缤纷的棱镜，静时碧绿透明，动处云蒸气腾。原始古朴的神山区有多种珍稀动物驻留息栖，一片净土让人流连忘返。

第二节 人文景观

德格藏语意为“四德十善”之地，这是一片美丽广袤的高原圣地。在漫长的历史变迁过程中，德格人民以其勤劳和智慧谱写了一曲曲辉煌的人文史话篇章。德格藏语被誉为康巴标准语言，德格五大教派并存，德格印经院珍藏典籍丰富。德格有史诗《格萨尔王传》及格萨尔王诞生地阿须草原，是南派藏医药发祥地，建筑、绘画、文学艺术、民俗风情与藏民族文化相融共生、风格独特。德格藏文化博大精深，源远流长，是藏区三大古文化中心之一。

德格这片人杰地灵的圣地，独特悠久的藏民族文化格局独树一帜，厚积薄发的康巴文化源远流长，堪称少数民族文化走廊的聚合点，是康巴文化的发祥地和史诗文化的发源地。境内人文景观众多。

德格印经院 1996年11月，德格印经院被国务院列为国家重点文物保护单位。坐落在县城（更庆镇）巴官街，素有“藏族地区璀璨的文化明珠”、“雪山下的文化宝库”的盛名。德格印经院为民族特色浓郁的藏式古建筑，布局形似“四合院”，四周为红褐色黏

