



西部名镇——郎木寺

文图/徐长峰



两位年轻喇嘛给大殿众僧送早粥

郎木寺镇地处甘、青、川交汇之地，是甘肃省甘南藏族自治州碌曲县下辖的一个小镇。该镇之北属甘肃的安多达仓郎木寺，镇之南是属四川若尔盖的格尔底寺，镇上还建有一清真寺，三寺各居一方，集于一镇，各自以不同方式承载着对信仰的虔诚和执著。

“郎木”在藏语中的原意是“虎穴仙女”，郎木寺即“虎穴仙女寺”。

郎木寺镇地处峡谷盆地，四周群山环拱，苍松翠柏与紫红色砂岩



一位藏族妇女正在她家门口笑迎远道而来的客人

相映生辉。这里又是黄河水系和长江水系的分水岭，白龙江穿流而过，全镇植被完好，牧草丰茂，草质优良，属纯牧区。

郎木寺依山而建，距今已有200余年的历史，早年盛极一时，在卫藏、安多、康巴一带颇有盛名。如今的郎木寺依然是法鼓之声相和，螺号之声相传，以博大精深的藏传佛教文化、优美和谐的自然风光、独特的民俗民风显示着非凡的魅力，2005年，被中央电视台评为“中国魅力名镇”之一。有人说，在郎木寺，外国游客比中国游客多，喇嘛比普通居民多，转经的比逛街的多，实不夸张。

郎木寺的确是一个静谧、神奇、祥和、富有浓郁宗教色彩和独特地域特点的小镇。这里居住着藏、回、汉等民族，藏传佛教和伊斯兰教色彩浓厚，建有色止寺、晒佛台、白塔、天葬台等。每年的不同时日，都要举办盛大的宗教活动和民族文化活动。近几年，随着当地旅游事业的发展，越来越多的中外游人和艺术家来到郎木寺观光、采风。人们称这里是“东方小瑞士”，郎木寺已成为西部一隅很有名气的小镇。



冬日的朝拜路上，一位藏族小姑娘凝目远眺

相关链接：

郎木寺攻略：

交通

从夏河到郎木寺有两条路，一条是近道，从小桑科穿越，经阿木去乎、尕海、碌曲到郎木寺；另一条路是先奔向合作，再经尕海、碌曲到郎木寺。其中，从阿木去乎到郎木寺都是213国道，路况相对好一点，但明显没有保养，坑坑洼洼，包车总耗时一般六小时左右，最低费用300元/车（小面的）。包车一定要检查司机的驾照和行车证，询问对路况的熟悉程度。另外，在尕海、贡巴两个小镇可以搭从合作开过来的班车。

住宿

下车的地方就是郎木寺乡的中心，向前走一点即是郎木寺宾馆所在的十字路口，这里提供住宿的目前有郎木寺宾馆、白龙宾馆、仁青宾馆等。

饮食

著名的丽沙餐厅已经搬到通往甘肃郎木寺的小桥旁，东西不错，服务却一般，只能说是一个知名餐厅而已；在四川郎木寺售票口附近的是阿里餐厅，一间不起眼的小屋，但也有很多仿西餐和清真炒菜；其他还有一些清真或川菜小餐馆。当地有一些清真烤饼，趁热吃味道不错。

景点

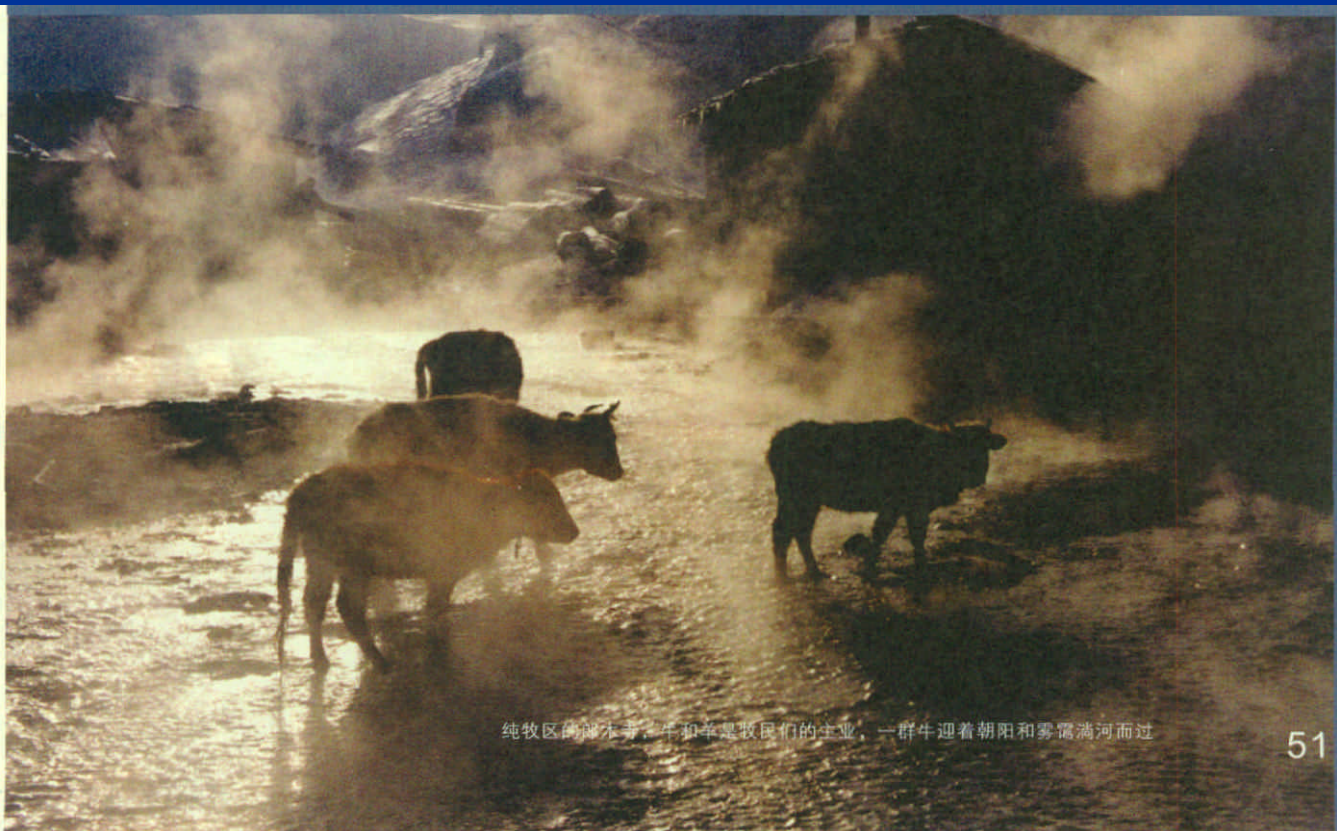
甘肃郎木寺门票10元；四川格尔底寺门票13元（不看大经堂10元）；天葬台8元。

其他

这里海拔3600多米，上下楼有明显的呼吸急促感，头一天晚上会有轻微的不适感，之后就会没事了，高原反应不太厉害。

行程安排

下午到郎木寺的话可以看看寺庙或红石崖，第二天早上到天葬台，从天葬台女喇嘛的白房子向下看小镇，非常特别，然后可以到大峡谷或四川那边的藏民家去。行程一般安排两天以上为好，因为郎木寺值得细细品味。



纯牧区的郎木寺：牛和羊是牧民们的主业，一群牛迎着朝阳和雾霭满河而过