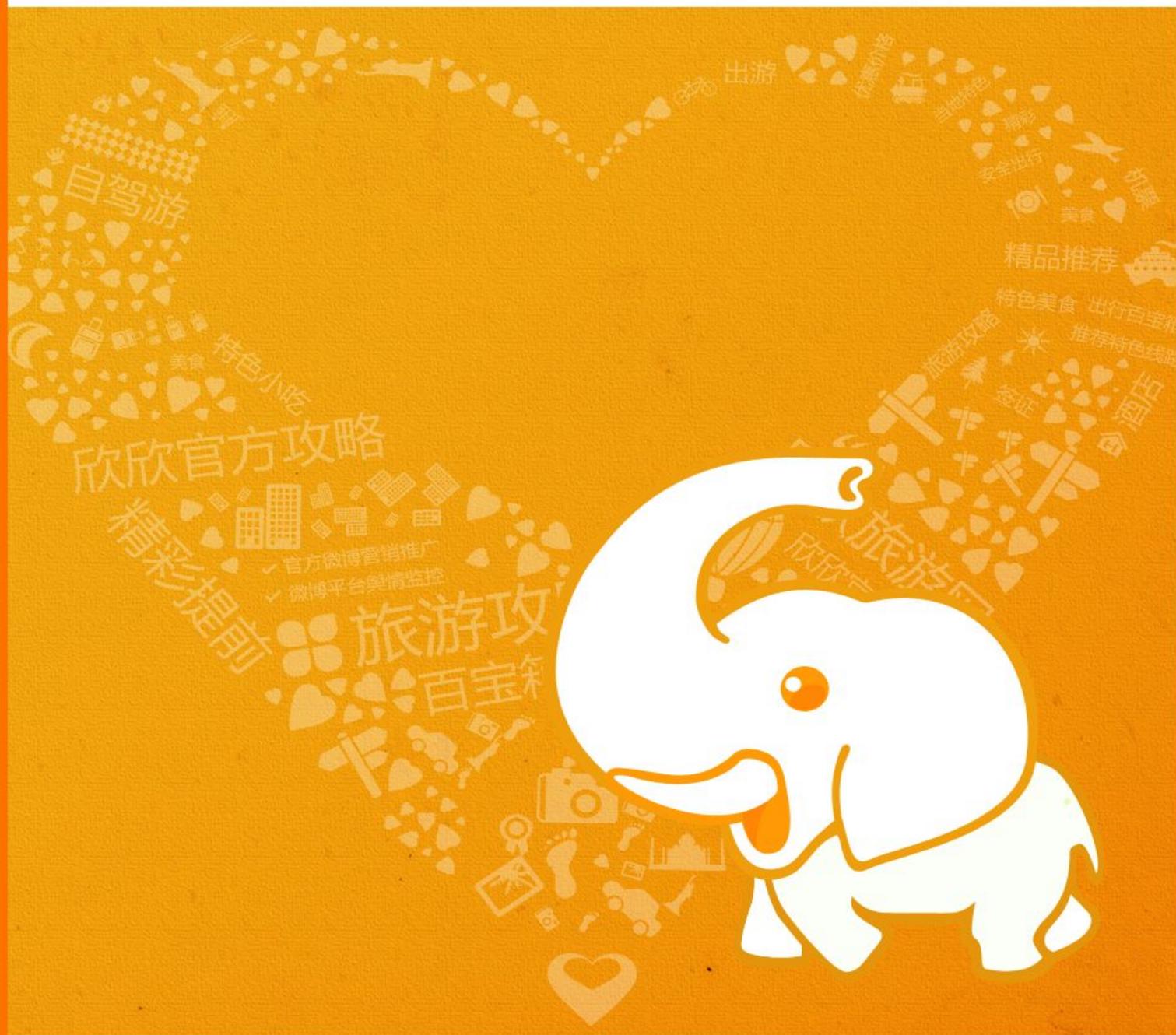


欣欣旅游官方攻略

<http://www.cncn.com/article/>

# 黔东南



## 精华抢先看



### 西江千户苗寨

全世界最大的苗寨。被中外人类学家认为是保存苗族“原始生态”文化比较完整的地方。西江的银匠村，苗族银饰全为手工制作，其工艺具有超高水平，能打造各式各样装饰银品。



### 镇远古镇

从地图上看，东邻的湖南湘西中部有一凸出部分，恰像一个楔子，插入贵州东部凹处。镇远县就处在这个凸凹结合部上。不知哪朝哪代哪位先生称镇远为“湘黔门户”，确是慧眼独具。



### 酸汤鱼

酸汤是当地苗族喜食的一种特制底料，有红酸、白酸、臭酸、西红柿酸数种，随用随添，不只做酸汤鱼，很多菜都用该原料，比如泡菜什么的，有的人家里甚至有十多年的老汤。

## 提前早知道

适合人群：所有人

适合天数：2—3天

花费预算：500元

最佳旅游时间：春夏秋三季的气候都比较适合到黔东南旅游，从三月份天气转暖开始，一直到十一月份雷山苗年节结束。80%的雨水都集中在5-10月份，此时游客出游，不要忘记带好雨伞，注意有时大雨会对交通造成一定影响。

## 本地人忠告

在黔东南旅行，如果保证一般属实的住宿餐饮，至少要保证一百五十元每人每天的标准。一般县城里拥有独立洗手间热水的房间都在一百元左右，正餐平均每人每餐三十到五十元的消费并不夸张。

## 欣欣百宝箱



品质线路



优惠门票



特价酒店



打折机票

## 目录

- P2：在黔东南最棒的体验
- P3：黔东南景点分布图
- P5：黔东南概况
- P6：线路推荐（经典线路推荐）
- P8：欣欣线路推荐
- P9：交通攻略（到达黔东南）
- P12：景点介绍
- P18：住宿推荐
- P19：美食攻略
- P20：特产攻略
- P21：当地风俗
- P21：旅游贴士

## 鸣谢

本攻略部分图片来源于网络，如果版权拥有者或者作者发现自己作品被使用，请及时向欣欣旅游网提出通知，欣欣旅游网将及时移除相关内容或者添加作者的版权信息。

在此，本攻略特别鸣谢网友：[plj123](#)、[lb2009](#)、[张张娃](#)、[水之韵2](#)、[Jason](#)、[雪焯闻笛](#)

## 在黔东南最棒的体验

### 1、在镇远看民居听架空火车呼啸而过



图片来源：欣欣会员—水之韵2

这里群山耸翠，诸水流青。古老而美丽的舞阳河像“太极图”旋绕在府卫两城中间，两座大石拱桥像两条纽带横架河上，连结两城。在镇远看民居是一件趣事，这里的民居多集中在巷内，采用“歪门邪道”的街巷布局。富商的深宅大院，均为四合院结构，既有江南小庭院的风格，又有依山而筑的特点。你可走进四方井巷，看看当地有特色的四方井、猪槽井，体验一下当地人安逸悠闲的生活场景。到了夜晚，沿河的灯亮了，坐在游船上，看着光影顺着老建筑散射着穿越千年的影像，晚风之中，欣赏着民族歌舞，其乐陶陶。

镇远的格局和湘西凤凰颇有相同之处。在凤凰，或许你会在攘攘熙熙利来利往的叫卖声中不得自己；而在镇远，却依稀还能找回往日那种风尘。晚上睡在河边的房间里，隔江架空铁道火车呼啸而过，在空中划出一道光线，像极了宫崎骏动画《千与千寻》中的空中列车。

### 2、西江苗寨台上看千户灯火似繁星

“用美丽回答一切，看西江知天下苗寨”。—余秋雨

西江千户苗寨有着 100 多年的历史，是世界上最大的苗寨，是苗族第五次大迁徙的主要集结地，素有“千户苗寨”之称。远远看去，整个村寨就像一个巨大的金角牛头。夜晚步行或者坐电瓶车到达苗寨至高点观景台，眺望远处苗寨的灯光如繁星点点，世外桃源的感觉油然而生。

提示：西江在 08 年 9 月之前进行了大规模的扩建和改造，正在慢慢地往商业化的路上走。不过如果你是第一次踏进黔东南的话，西江依然是整个黔东南最值得推荐的地方之一。理由有几个，西江是黔东南人气最集中的旅游地；也是基础设施最好的黔东南村寨；当然也是交通最便利的黔东南村寨。

### 3、徒步八寨一山 探访白云深处人家

肇兴侗寨在 2005 年《中国国家地理》选美中国特辑中的最美乡村古镇中排名第三。《中国国家地理》对肇兴侗寨的描述是：“白云深处有人家”。诚然不管从民俗还是风景上看，肇兴都算是黔东南旅行的核心部分。

而八寨一山是肇兴地区非常著名的徒步路线。八寨是指肇兴地区的肇兴侗寨，堂安，夏格，夏格上寨，上地坪，登江，纪堂和纪伦。一山是指以侗族的崇拜神萨岁为名的神山萨岁山。

八寨一山除了堂安外，其他的地方只有便道或者山间小道进出，散落在弄报山和麒麟山的山麓里，隐忍，安静和淳朴。

### 4、走进加榜梯田，临摹大地的线条

加榜梯田位于从江县西部月亮山腹地的加榜乡东北面，是苗族人世世代留下的杰作。梯田总面积近 1 万亩，主要分布在党扭至加榜全长 25 公里的公路两侧。不仅规模宏大，气势磅礴，而且线条优美。无论从线条，还是整体形态来看，加榜梯田都吸取了天下梯田之精华，它比云南元阳梯田更加秀丽，比广西龙胜梯田更加壮观，极具魅力。特别是那居于梯田间的山村、小寨与梯田环境相辉映，并与大自然融为一体，给人种“人间仙境，世外桃源”的感觉。



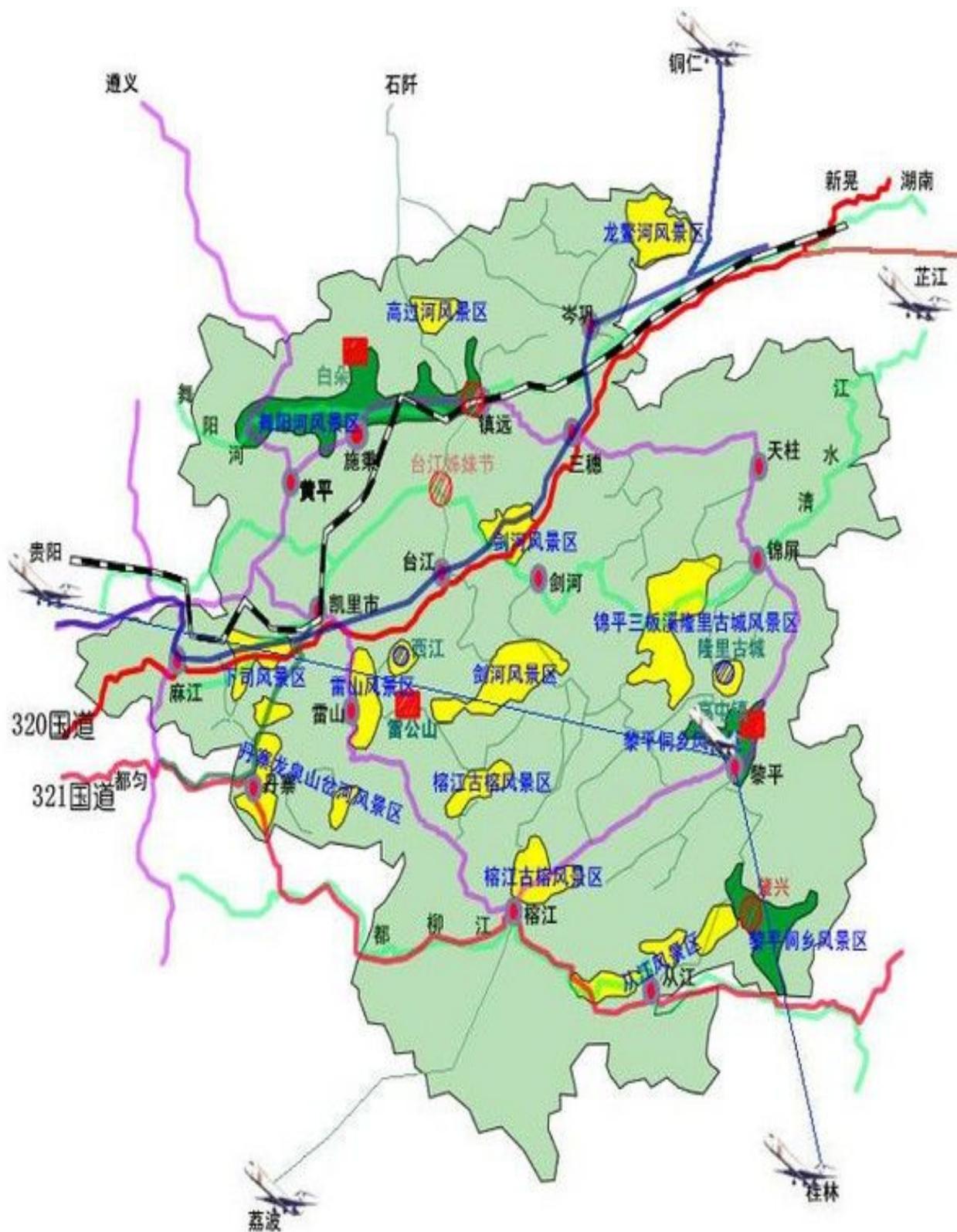
图片来源：欣欣会员—Jason

### 5、宰荡侗寨聆听来自灵魂深处的歌声

就景观和侗族建筑而言，侗族地区的很多寨子都胜过宰荡。宰荡的精髓在于她的侗族大歌。侗族大歌，主要以歌唱爱情、歌颂本民族的英雄人物、再现现实生活和历史。歌声浑厚，刚劲有力，节奏自由，缓急有序，高低协调，和声完美，时而低回婉转，时而气势磅礴，实属世界音乐殿堂之珍品。侗族大歌源远流长，种类繁多，自 80 年代中期到法国巴黎演出后，轰动世界乐坛。如果说肇兴是黔东南旅行核心的话，那么宰荡就是黔东南旅行的灵魂。

# 黔东南景区示意图

## 黔东南景区及交通示意图



## 黔东南景区示意图



## 黔东南概况

### 黔东南：苗乡侗寨

黔东南常被人概括成“苗乡侗寨”，巍峨的雷公山脉盘踞在苗乡侗寨的中央。山之北，涓涓细流汇入清水江，变为滚滚江水，东流长江，苗族人多在此聚居，故为苗乡；山之南，汨汨清泉归总都柳江，化作片片浪花，南下珠江，侗族人皆逐水为家，是称侗寨。不过行者似乎并没有注意到，贯穿黔东南的清水江和舞阳河自古是贵州的交通动脉，商贾和军人逆水而上，在镇远、隆里一线建起了青砖马头墙，让这一片苗乡侗寨里总是渗透着汉文化的蛛丝马迹，带着一丝古代江南的味道。三者组成了人称为“人类心灵最后栖息地”的黔东南。

黔东南是一个怎么样的地方？黔东南是国内热门旅游目的地中旅行者最少的地方。繁花在盛开，落寞却如初。这里总是山高路远，群峰耸立。有的时候，她是隔断滚滚红尘的屏障；有的时候，又是激发人类“征服”欲望的动力。有的旅人们望而却步，去丽江享受太阳或者去凤凰沉醉月光；有的旅人们不畏辛劳，看一次养在深闺，在大山里以梦为马，诗酒年华的黔东南。这就是黔东南，她总是诚惶诚恐，想展示她的一切，又怕这一切被撕裂。

### 不得随意砍伐的保寨林

黔东南的许多苗寨都有一片不得随意砍伐的“保寨林”，而树在岜沙不单备受呵护，甚至还被崇拜和祭祀，这里的每棵树下都有一个岜沙人的灵魂：岜沙人死后不造坟、不立碑，而是在下葬的地点种一棵树。那些参天古树说明，岜沙人的祖先很早以前就居住在这里。有学者推测，秦汉时期，苗族先民在朝廷的屡屡征剿下被迫辗转西迁，一部分人南下广西、继而沿都柳江进入月亮山麓定居，岜沙苗族很有可能源于其中一支。

走进岜沙，所闻所见令人感慨不已，甚至会想：在这同一个地球上，的确存在着完全不同的世界。

吊脚楼顺着山势肆意蔓延着，“禾晾”在山坡上高高耸立着，羊肠小道上，牧童正借着落日的余晖赶着牛回家来。时光流转千年，岜沙人依旧一身与祖辈别无二致的传统装扮：男子身着土法染制的青布衣、宽大的直筒青布裤，腰间别着砍dao，肩上扛着火枪——“枪手部落”的称号由此而来；女子身穿大襟衣、百褶裙，扎着绑腿，走起路来格外婀娜多姿。

在岜沙，平日里女人们三五成群地纺纱、织布、绣花或缝衣，男人们也会坐在家门口专注地编着芭篾，沉重的、舂米声里，一切都恍同隔世。

### 歌舞海洋

黔东南素有“歌舞海洋”的美誉，各民族历来以能歌善舞著称。苗族有高亢激昂、热情奔放的“飞歌”，也有委婉动听、抒情优美的“游方歌”，还有质朴无华的“古歌”、“酒歌”、“大歌”，其调式不一，各具韵味，具有很强的艺术感染力。

侗族的歌大多旋律优美，曲调多样，犹如潺潺流水，有合唱歌曲，也有独唱歌曲，特别是无伴奏、无指挥的多声部侗族“大歌”，以其古朴优美的曲调、独特的演唱方式享誉海内外。

黔东南的民族舞蹈多姿多彩，有动作刚劲有力、豪放潇洒，被称为“东方迪斯科”的苗族木鼓舞和庄重的踩鼓舞，有纯朴活泼的芦笙舞，有侗族的“多耶舞”。这些舞蹈具有浓郁的生活气息，是中华民族文化百花园中的奇葩。



图片来源：欣欣会员—Jason

### 最佳旅行季节

总体来说，春夏秋三季的气候都比较适合到黔东南旅游，从三月份天气转暖开始，一直到十一月份雷山苗年节结束。80%的雨水都集中在5-10月份，此时游客出游，不要忘记带好雨伞，注意有时大雨会对交通造成一定影响。

冬季会感觉比较寒冷，特别在村寨旅行时保暖条件比较差，选择这个时候旅行会很辛苦，但是在淡季的时候，会有更多的机会和当地人接触的机会，更多原生态体验。

春节的时候村寨里会安排各式各样的庆祝和民俗活动，同时也是黔东南旅行的传统旺季。

## 线路推荐

### 经典线路推荐

#### 1、黔东南南北线路推荐

##### 南线之一

从凯里——雷山（南花、郎德上寨、雷公山、西江千户苗寨）——榕江（车江侗寨、丰登寨、宰荡）——从江（岜沙苗寨、增冲鼓楼、高增侗寨）——肇兴——地坪风雨桥。

这条游线可从地坪乡到广西三江——龙胜（龙脊梯田）——桂林。

##### 南线之二

从凯里——雷山（南花、郎德上寨、雷公山、西江千户苗寨）——榕江（车江侗寨、丰登寨、宰荡）——从江（岜沙苗寨、增冲鼓楼、高增侗寨）——肇兴——黎平（老街、天生桥）——隆里——锦屏——天柱——台江（施洞苗寨）——凯里。

##### 北线之一

从凯里——重安江——黄平（飞云崖、野洞河漂流、飞云大峡谷）——施秉（云台山、杉木河漂流）——镇远（古镇、青龙洞、舞阳河）——玉屏——铜仁——江口（梵净山）。

选择这条路线，游完梵净山可返回铜仁，从铜仁去湖南湘西的凤凰很近。

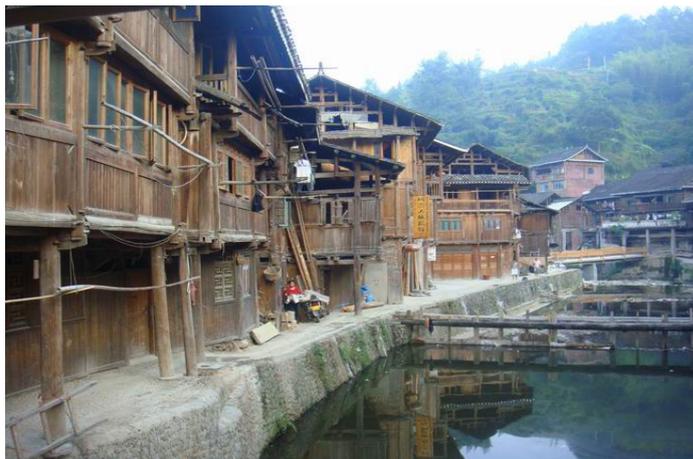
##### 北线之二

从凯里——台江（施洞苗寨）——镇远（古镇、青龙洞、舞阳河）——施秉（云台山、杉木河漂流）——黄平（飞云崖、野洞河漂流、飞云大峡谷）——重安江凯里。

#### 2、肇兴环线

##### a) 经典徒步路线 肇兴——堂安——肇兴

经典徒步线路是宣传最广，游客最多的一条徒步路线。全程大约需要三个小时左右。基本路线是从肇兴上游沿右边山边有一条石板小路，至今还是山上村民进出肇兴的主要通道。沿途能看到夏格寨。夏格的夏跟宰荡的宰在侗语里其实是同一个音同一个字，表示寨子的意思，只是翻译得不统一而已。夏格往上走就是堂安，一路梯田，景色很不错。徒步完堂安之后就可以从堂安走一公里的水泥路到公路边，有班车从公路回到肇兴，车费三元。也可以挑战性地顺溪而下沿着梯田走向肇兴，没有路，很难走，且危险。选择溯溪路线的务必谨慎。



图片来源：欣欣会员—水之韵2

##### b) 新徒步路线肇兴——宰柳——上地坪——肇兴

新徒步路线和经典路线不一样，肇兴堂安一线是以整体风景占优的，而肇兴—上地坪一线则是以隐忍宁静的村寨为主线。全程大约需要7个小时左右。沿礼团花桥的流水往上走，就能看到通往上地坪的山路，路口有明显的指示牌。沿着小路走大概一百米左右就能看到一条新开的便道，便道大约走两公里就已经到头了，然后沿着小路再走五百米，就到了上地坪和来马的分岔路口。一路没有分岔路，所以基本不会迷路没到分岔路口则有明显的指示牌。一般建议是先走来马侗寨一段然后再折回上地坪，也可以先走上地坪，但是难度会大点，而且上地坪到来马，宰柳一段比较容易迷路。如果选择走来马一线，先要翻过麒麟山，绝对海拔大概在二百米左右，不算很难。翻过之后就一路走下坡路了。下坡路大概有一点五公里，来马隐在山里，下坡到半山就可以看到了。

来马寨子不大，但是小巧，鸡犬相闻，让人忍不住想多逗留一段时间。不过时间还是要控制的，因为接着还有很多山路需要走。来马寨子的最下方有一个风雨桥，很容易就找得到，过了风雨桥，就是去宰柳的路了。

来马到宰柳现在也有一段新开的便道，大约走一公里就可以看到宰柳。宰柳没有来马这么好看，但景观开阔，不远处就是侗族的圣山萨岁山。如果早上从肇兴出发的话，到宰柳是中午时分，所以宰柳是午饭的最佳点。中午饭可到宰柳。吃饭之后就可以出发到上地坪了，宰柳到上地坪也有便道可以走，但是路线比较长，可以走小路。

宰柳到上地坪大约需要一个半小时就可以到达。上地坪是八寨一山中第二大的寨子，排在肇兴之后。因为难得地有几块平地，所以叫做地坪了，上地坪不是地坪风雨桥的地坪，在当地人中，地坪风雨桥的地坪一般称作下地坪。上地坪这个寨子相当漂亮，流水流过，群山环绕游完上地坪，穿过村头就可以到返回肇兴的路上。一路上需要上升300米绝对海拔的山，走一个半小时左右就可以回到原来出发的便道上。一路比较容易走，不容易迷路，就不多说了。

## 3、黔东南环线基本行程参考



图片来源：欣欣会员—水之韵 2

Day1：从贵阳出发前往西江千户苗寨。晚上，在盛装苗族女子的笙歌酒舞中看到如万千星光洒落苗疆山寨的西江美景。

Day2：可以睡得稍稍晚点，一个小时后到达短裙苗之乡，新桥短裙苗。尽管现在短裙已经很难看到有人穿着，但是这个寨子的水上粮仓还是很值得一看的。约四个小时之后到达榕江歌乡宰荡。

宰荡离榕江 25 公里，仅简易公路能到达宰荡。宰荡保留了侗寨最典型的干栏式建筑，值得一看。更让人心灵震撼的是原生态的侗族大歌。听遍侗族各类顶尖歌手的侗族大歌，而最纯粹，最天籁的是宰荡。小黄大歌虽名声在外，却也日渐商业化了。

Day3：早上离开榕江，先去最后的枪手部落岜沙，身佩猎枪的男人、人与自然和谐相处的树葬文化，让我们探索这古老神秘的部落。然后到达最美的侗寨肇兴。在并不长的假日里，大山环绕的远村古寨鼓楼风雨桥边拈花惹草招蜂引蝶，偷得浮生半日闲。在肇兴，开始尽情享受肇兴的小资生活了哦。你可以陶醉于这崇山峻岭后的宁静奢华，也可以和爱人牵手鼓楼互诉衷肠，当然还有在酒吧和老外侃大山，好好放松平日里紧绷的神经，尽情享受这一切吧。

Day4：这天也可以起得晚一点，今天行程不过一百公里。到达明代重要军事城堡隆里古城。隆里是一座具有 600 多年历史的明代军事城堡，历史悠久，民族文化深厚。在隆里古城，你会有一种仿佛回到金戈铁马年代的感觉。

Day 5：早上，一路沿着漂亮的水清江前行，在水清江停留，坐船到河对岸的三门塘侗寨，参观欧派建筑的刘氏祠堂，倾听这个竹排飘来的侗寨的动人故事。参观完三门塘之后，直接回到镇远古城。

走进镇远古城，感悟古典的光芒；游览青龙洞，品味“佛、儒、道”三教并存的宗教文化、中庸和谐完美理念。晚上大家尽情漫步古城，享受迷人的镇远夜景。

Day6：今天睡个懒觉，开始返程。绕了一圈之后，回到黔东南州府凯里。凯里附近有一个自诩后羿后人的革家寨，今天将去革家寨里遛弯。而后到凯里民族博物馆，再一次系统地总结一次我们的黔东南之旅。带着满满的收获，回到贵阳，依依惜别。

## 黔东南黎平、从江、榕江、岜沙 三日游

### D1 贵阳—榕江

从贵阳乘车前往榕江，游览天下第一侗寨的车江千户三宝侗寨，车江侗寨是全国侗族人口居住最密集的地区。车江侗寨由三四个大小不一的侗寨连成，分上、中、下宝寨，合称“三宝侗寨”。章鲁村是侗族语言标准语音的发源地，即侗语中“普通话”的发源地。寨头村中有最古老的侗族祖先“萨堂”庙。

进寨后来都柳江沿岸可看到一大群古榕树。这些榕树大概植于清代乾隆年间，距今已有 300 多年历史。榕树下全都是鹅卵石镶嵌成了十二生肖的图案。走到路的尽头还能看到一座雕塑，由一男一女组成，男的叫珠郎，女的叫娘美。20 世纪 50 年代中国曾拍过一部电影叫《秦娘美》，这是一个中国式的“罗密欧与朱丽叶”的故事，而这里就是娘美的故乡。

### D2 榕江—从江—肇兴



图片来源：欣欣会员—水之韵 2

早餐后车沿着都柳江往从江。游览岜沙苗寨，别的寨子要看女人，到了岜沙则要看男人。岜沙是南部侗族风情

区中为数不多的苗族风情景点之一。岜沙无疑是个充满了原始的英武气息的寨子，岜沙男人一身古代部落武士装扮中，最为特别的便是他们的头饰，岜沙男人的发髻是他们与其他支系相区别的最重要的标志。常年身挎腰刀，肩扛火药枪。参观生命树、消灾树、香樟

树纪念亭（毛泽东水晶棺底座用的香樟木就出自于岜沙）、树葬文化陈列室、晾禾群、禾仓群、原始榨油机，自费观看放抢拦门迎接、祭拜东方坡、祭拜树神、镰刀剃头等等。自由活动欣赏半山中的自然村寨。

前往黎平参观鼓楼艺术之乡，歌海之乡的——肇兴侗寨黔东南作为中国苗、侗少数民族文化的最大汇集地区，它具有独一无二的地位和别具特色的民族风情，而作为我国侗族大规模集居中心，非肇兴莫属；其次，国内规模最大的侗寨鼓楼建筑群落坐落于该地，侗族建筑布局巧妙，花桥、鼓楼、溪流、吊脚楼相间，只要置身其中，必驻足长留。

晚上自费欣赏侗族大歌是当今世界上十分罕见的多声部、无指挥、无伴奏民间合唱音乐，它与侗寨鼓楼、侗乡花桥一起被称为侗族文化“三大宝”而闻名遐迩。侗族大歌在法国巴黎金秋艺术节上征服了全世界，一举改变了西方人认为中国没有多声部音乐、音乐艺术发展落后的观念。那些著名的音乐大师们怎么也想不到，没有经过专业训练的民间歌手，竟然能演唱出“像泉水般闪闪发光的声音”。

### D3 肇兴—黎平—贵阳

早餐后赴侗族人口集聚地的黎平县城，参观明清风格——德风古翘

街。以及红军长征途中决定红军政治线路的政治局会议——黎平会议会址。中餐后结束愉快的旅程，乘车返回贵阳！

## 西江、剑河两日游

### D1 三棵树镇—西江

上午从贵阳经贵凯高速公路前往凯里市三棵树镇，参观三颗树镇土特产成列，体验苗族风情。下午前往西江苗寨，参观西江千户苗寨吊脚楼群、西江千户苗寨梯田、苗家风雨桥、西江博物馆，自由在古街道上漫步游览。观看西江民族歌舞表演，晚餐品苗家的特色风味餐长桌饭，之后欣赏西江千户苗寨夜景。

### D2 西江—剑河

在西江早餐后前往接着前往剑河温泉，泡素有“苗家圣水”之称的剑河温泉。剑河温泉为国内稀有的氡硫温泉，富含氡、硫、铁、钾、钙等元素，其理化指标与法国著名的维稀温泉相似，有消毒、去疾、健肤之功效，自古享有“苗乡圣水”“西部浴都”之美誉。剑河用中餐（品酸汤鱼火锅）。中餐后前往参观凯里民族博物馆对黔东南州的人文地理及少数民族风情有一个比较详尽的介绍，文字、图片、实物都有陈列。值得一看的是少数民族风情馆和龙舟馆。

## 欣欣线路推荐

		
<p>【贵阳出发】镇远舞阳河、西江千户苗寨二日游</p>	<p>【贵阳出发】贵阳到镇远古镇+舞阳河二日游</p>	<p>【西宁出发】镇远古镇、西江苗寨风情休闲三日游</p>
<p>门市价：500元 欣欣价：418元 &gt;&gt;立即预定</p>	<p>门市价：400元 欣欣价：378元 &gt;&gt;立即预定</p>	<p>门市价：350元 欣欣价：305元 &gt;&gt;立即预定</p>

>>更多线路推荐

## 交通攻略

黔东南路况正在不断改善中，厦蓉高速贵州境内已经贯通，通过都匀、三都、榕江、肇兴等地。如果你想从贵阳到达榕江一带的侗族地区，两个小时即可。而以往，则至少十个小时。但广西一线，则至今未开工。

广西方向前往贵州的 321 国道高安路段的波里桥是危桥，正在维修，大客车无法通过。从桂林、三江方向过来的旅行者需到波里桥之后徒步过桥换乘。不过，经过一年多的整修，三江一段已经全线通了水泥公路，路况比以前好了许许多多，只是波里桥依然限高，大巴车无法通过，需要换乘，中巴车可以通过。

### 到达凯里

#### 飞机

>>更多打折机票信息

到达凯里比较便捷的方法是：飞机抵达贵阳龙洞堡机场，机场附近有贵阳客运东站，有发往凯里的班车。

贵阳龙洞堡国际机场，距离市区 11 公里，是中国西南地区第四家国际机场。目前已开通至北京、广州、深圳、上海、成都、重庆、昆明、桂林等大中城市的航线，以及到香港、澳门、新加坡、泰国曼谷等地的航线。

#### 贵阳客运东站

地址：位于南明区小碧乡营盘村、水坝村境内，机场附近。

交通：途径公交有 46 路、229 路、240 路、245 路。其中 240 路至火车站，245 路至小河，快巴 229 路至金阳客运站，46 路至头桥。

#### 贵阳龙洞堡机场交通

##### 机场巴士（费用为 10 元）

行经路线：机场-油榨街-纪念塔-青云路民航售票处-体育馆火车站（终点站）

#### 公交

火车站——贵阳机场：216 路快巴。从火车站到龙洞堡国际机场只需要 10 分钟左右。

机场——市区：乘坐 46 路、243 路、244 路公交可到市区。

#### 出租车

贵阳机场出租车位于候机楼进港一楼出口处，设有出租车候车亭。一般到机场到市区（大十字）大概是 30 元左右。

#### 火车

贵阳往东或者是往北的火车均要经过黔东南州的首府，凯里市。贵



阳到玉屏的快速旅游列车经停凯里、谷陇（黄平）、施秉、镇远等地，很方便。凯里火车东可经镇远、玉屏进入湖南省，西可至省会贵阳。

到达凯里，一般先到贵阳，然后在贵阳乘坐开往玉屏的“梵净山”号旅游列车在凯里下，贵阳到凯里大约 3 个小时左右的车程，票价 24 元左右。

除“梵净山”号旅游列车外，还有多次旅客列车经过凯里：往贵阳方向的火车从早上 11 点至下午 4 点有多趟，往镇远、玉屏方向的火车从早上 11 点至下午 2 点也有多趟。

南方游客可乘坐广州—成都、重庆方向的火车，到贵州都匀站下车后乘坐都匀到凯里的大巴或中巴，走高速公路到凯里。北京、上海方向的游客，可乘坐到重庆方向的列车，在凯里站下车，但到达时间通常是深夜或凌晨，不太方便。

黔东南还有玉屏、镇远、施秉、谷陇（黄平）、麻江等处有火车站，但因火车站等级低，停靠的车次不是太多。

#### 凯里火车站

地址：位于城北 2 公里处的清水江畔。

交通：可以乘坐 1 路、2 路车直接到市区，车票 2 元/人。

欣欣旅游网小贴士 可以在凯里市区的火车售票点买票，地点是市中心中国银行附近。凯里火车站问讯电话：0855—3813114。

## 行在凯里

>>更多汽车时刻信息

### 凯里汽车站

地址：凯里市东北文化北路

电话：0855-8223098 营业时间：8:00~17:00

发往地点：以西可至省会贵阳，以东可达镇远，往南有开往雷山、台江、榕江、从江等地的长途班车。

发车时间：各线班车发车时间都不相同。从凯里汽车站到贵阳的班车 7:45-19:15 每 30 分钟一班，专线 6:00、6:30、7:00 以后到晚上 20:00 每 20 分钟一班，40 元，3 小时路程。

### 洗马河黔东南州客运站

地址：凯里民族师专学校对面

电话：0855-8251025、8239739

发往地点：凯里最大的客运站，主要是发往贵阳和全州的客车。也有发往广东、浙江等外省地的长途。

### 凯里市运输公司

地址：永乐路。凯里市医院旁边。

电话：0855 - 8221588

发往地点：主要发往凯里市周边的短途客车。

从凯里到周边小镇可以乘坐中巴。

在北京西路上搭乘开往香炉山、鱼洞、龙场方向的车。

在韶山南路金井河桥头、凯里汽车站，搭乘往南线雷山、西江方向的班车。

在万博前的三叉路口有小面包车可到青曼、舟溪。

在商场路可乘坐到下司、炉山的小面包车。在公路养护段可乘坐到三棵树镇的小面包车。

票价在 3~4 元左右，有两三个人司机就可以发车了。

## 公交车

凯里市内交通以公共汽车为主，有出租车营运。

途经火车站的线路有：1 路、2 路、11 路等。

途经客车站的路线有：1 路、6 路、9 路、凯开线途径凯运司客车站。8 路途径客车站。9 路、11 路途径城南客车站。

## 到达黎平

### 飞机

>>更多打折机票信息

黎平机场，位于黔东南的黎平县高屯镇，距离黎平县城 20 公里。现已开通了至广州、贵阳等地的线路。线路开通后从黎平至贵阳只要 30 分钟。

电话：0855-6212999

贵阳——黎平，每周一、三、五、日有航班直达。

广州——黎平，每周二、三、四、六有航班直达。

### 离开机场

① 白天出租车到市区大约 30 分钟左右，30 元左右。搭乘出租车时，下车记得携带好自己的随身物品，并索要发票。

② 到达黎平机场后，有机场巴士离开机场。

### 火车

到达黎平火车站的车次较少，更多情况是到凯里或者是怀化后改乘汽车前往黎平。

### 黎平汽车站

和黔东南大多数地区一样，汽车仍然是进出黎平的主要交通方式。

到达黎平：

怀化汽车西站每天上、下午各有一班卧铺发往黎平汽车站。泉州客运中心、东莞南城汽车站、东莞汽车站每天也有卧铺直达黎平。

### 周边地区与黎平的交通情况

黎平到附近郊县都有班车，远的到凯里、贵州甚至广东的东莞、广西的桂林。不过这些多为卧铺车。

从黎平到凯里方向有两条路，一条是北线，经过坝寨乡、茅贡乡、栽麻乡到榕江后到凯里；另一条是南线，过从江、停洞经榕江后再到凯里。现在大多数车都是走北线，因为这条线经过改建路况很好了，到榕江只有 3 个多小时车程。

### 黎平汽车站

黎平汽车站位于黎平县德风镇镇中心。目前有发往东莞、怀化、泉州等地长途大型卧铺。也有众多到贵阳的客车。

地址：黎平县开泰路

电话：0855-6211274

## 行在黎平

**公交车** 黎平县城目前没有公交车,交通基本靠步行、自行车、摩托车、出租车等。

**出租车** 黎平出租车不多,起步价为4快,但通常不打表,县城以内大概3-5元即可。通常会有拼车,司机半路载人的现象。

**人力三轮车** 当地人称“慢慢游”,是黎平最常见也最方便的交通工具,需要议价。一般上车一元,城西坐到城车约2-3元。

## 到达镇远

### 火车

镇远火车站目前有26个班次,镇远火车站的班次并不是很多,通常到镇远还是以汽车为主。

#### 如何从火车站到新大桥(镇远古城中心)?

- ① 出站后,可打车前往镇远新大桥,车费3-5元左右。新大桥是镇远古城的中心。
- ② 出火车站广场约100米到公路上右转,前行约120米到十字路口,再往右边行走,大约半小时后可到新大桥。

#### 欣欣旅游网小贴士

- ① 如果从贵阳或是凯里出发,乘火车是不错的选择。从贵阳出发往镇远方向的火车不是每趟都在镇远停。
- ② 镇远火车站离城区大概有1.5公里,任何时候车站门口都聚集了若干出租车和摩托三轮车,出租车2元起步,到青龙洞也就2元,三轮摩托车在镇内1元/人,晚上可能要2元。

### 汽车

镇远附近的路况在黔东南州来说算比较好的,坐汽车到黄平、施秉较方便,到凯里要3个多小时,火车只要1个多小时,快捷得多,只是有时间限制。

镇远长途短途都在一个站内候车,所以看着比较混乱。车站在镇的西边,河的北边,过了新大桥再走5分钟。县内乘出租车很方便,还可乘三轮摩托车,总共可以坐6个人,价格1元/人。到达镇远要到贵阳后换乘火车或长途车。火车车次较多,非常便利,所以提倡出行以火车为主。长途车在贵阳客运东站乘坐站,下午14:00发车,每天一班。

## 行在镇远

### 公交车

镇远没有公交车,古城区及近郊全靠出租车。

### 出租车

镇远出租车起步价3元(2公里)另加每次燃油费1元,只要不出城大致也就是一次4-5元,倘若超过太多肯定是不良司机宰客,尽可只付5元走人。总之,由于古城不大,在镇远除了步行游山玩水外,乘坐出租车是最好的选择。

欣欣旅游网小贴士 从火车站出来的出租车是按人头计算的3-4元/人(去火车站则不在此例),另外镇远的出租车是可以沿途拼载的。

### 摆渡

舞阳河上下还有两处摆渡船。其中老街城门洞至对岸文化公园的摆渡风景最好。镇远的摆渡船只可载10人左右,人工摆渡,船首置一竹筐,过渡者自行投币每次5角,若是整钱则于筐中自行找零。也有未带散钱的人先渡过下次再补上的,建议游者可前去体验一二。

## 施秉交通

施秉的火车站在杨柳塘镇,从施秉县城去火车站4元/人。汽车站附近有小面包车来回拉客。如果包车的话大概15-20元。因为车站时四级小站,停靠的车辆不多,现在只有四趟列车停靠。施秉距贵阳230公里,距凯里111公里。以到镇远、黄平的车最多。基本上到县内各镇都有班车。汽车站在东街上。县城不大,也有很多三轮摩托车代步。摩托车上虽然写着上车2元,但大多数地方只要1元。

## 铜仁交通

因为铜仁地区主要景点只有梵净山,从交通的角度来看,铜仁虽然不属于黔东南,但离镇远也很近,所以一并列入东南旅游线路作介绍。铜仁市是铜仁地区的首府,位于贵州省的东北部。铜仁机场已通航几年,目前只有铜仁到贵阳的航班,票价330元,航程30分钟。航班号3U476,机型为EM4,每天13:05分从贵阳起飞,铜仁是14:10起飞。

铜仁已通火车,另外,从贵阳有直接到铜仁市的班车,不过都是卧铺车。另外铜仁到湖南的班车也很多。铜仁至玉屏是高速路,1小时车程,车费15元,依维柯20元。铜仁到江口在6元上下浮动。

## 景点介绍

### 黔东南首府凯里景点

作为黔东南苗族侗族自治州首府所在地，凯里是一个多民族花园，被誉为“苗岭明珠”。有如诗如画的清水江，还有数不清的苗族村寨。凯里市位于贵州东部，原为炉山县，是一个以电子、轻纺、建材为主的新兴工业城市，现为国家乙类对外开放地区，在明清时期曾有“小京州”美称。在旅游的招牌下，凯里生活在历史和现实的交错中。他成为一座表演民族历史的城市，也成为一座被越来越多离开者怀念的城市。

#### 黔东南民族博物馆

在凯里市中心，非常明显的风格化建筑物。中央塔楼采用侗族鼓楼重檐形式，东西塔楼采用苗族吊脚楼形式，以外观来强调黔东南是“苗侗之乡”。博物馆有全州的各民族的风情实物展览，参观博物馆可对黔东南州各地有一个宏观上的认识。

门票：免费

开放时间：星期二至星期日 9:00-17:00 (16:30 停止入场)

交通：市区坐 2 路车到万博下车；也可以坐出租车，十元可以从凯里市区的任何地方到达博物馆。

旅人提示：特别提醒的是凯里的公交车有时候会出现扒手，在凯里市区最好注意一下财物和人身安全。

#### 麻塘革家寨

革家寨离凯里不远，在行政上属于苗族，不过据说他们一直认为自己是后羿的后代，服饰和习俗自成系统。麻塘革家寨是一个精小干净的寨子，在黔东南被发现较早。不过因为和其他景点不相连而本寨的看点不算太多，游客一直不多。有时间或者对民俗特别感兴趣的旅行者，可一游。

交通：坐黄平方向或者麻塘的班车可到革家寨路口，步行 2.5 公里即到

#### 青曼苗寨

青曼，位于凯里市南部，距市中心 23 公里。青曼妇女服饰别具一格，其色调为靛色，上衣对襟大领，宽松短袖，下着中短裙，前后各用一块四方的靛布遮围，妇女的头式，一般达到一米以上，

挽成独特的发髻，线条优美，呈反“~”形，油光发亮，与唐朝时期的妇女头式和日本的和服非常相似。村里面有妇女组织的刺绣合作社可以参观及购买绣品。

交通：可从市区坐前往舟溪的班车，到舟溪后有道青曼的小巴，8 公里就到。

#### 巴拉河

巴拉河发源于贵州苗岭主峰雷公山，长达 57 公里。流经黔东南苗族侗族自治州的凯里市、雷山县、台江县等县市，最后注入清水江，有“苗族风情十里峡”之称，这里“三里一寨，五里一村”，风光别致。

巴拉河流域有七个村寨分布在沿河两岸，分别是：南花、郎德、季刀、怀恩堡、猫猫河、南猛等，由凯里三棵树镇出来至雷山一线公路旁设有观景台，自驾的可以停车下来看看。

#### 南花苗寨和季刀苗寨

这两个寨子在凯里往雷山方向的路上，公路对面，巴拉河畔。两个寨子风格基本相同，依山而建，玲珑而错落有致。还可以在河边戏水烧烤。适合休闲旅游。两个寨子的区别在于南花苗寨有旅游公司进驻，据说是为了和郎德打对台戏的；季刀苗寨目前还处于未开发的状态。

青海湖的不同的季节里，景色迥然不同。夏秋季节，当四周巍巍的群山和西岸辽阔的草原披上绿装的时候，青海湖畔山青水秀，天高气爽，景色十分绮丽。

每年 11 月份，青海湖便开始结冰，浩瀚碧澄的湖面，冰封玉砌，银装素裹，就象一面巨大的宝镜，在阳光下熠熠闪亮，终日放射着夺目的光辉。



图片来源：欣欣会员—Jason

## 黔东南各县景点

黔东南可以大略地分为三个区域，苗族生活区，顾名思义苗族生活区主要以苗族聚居为主，展示的是苗族的风貌；侗族生活区以黎从榕三县为代表，以南部侗族族群为主要民族，展示的是侗族的生活状态；多元文化融合区是以军事驻兵和商旅交通为重要文化影响的生活区域，展示的是包括外来文化和当地苗侗文化融合展现出来的独特形态。

### 镇远古镇

镇远从地图上看，东邻的湖南湘西中部有一凸出部分，恰像一个楔子，插入贵州东部凹处。镇远县就处在这个凸凹结合部上。不知哪朝哪代哪位先生称镇远为湘黔门户，确是慧眼独具。

古镇是很值得一逛的，人数没有那么多，而商业化的气息又不如丽江的泛滥。这里人相对古朴和热情，据说是自古如此的。若说镇远的历史，可追述到远古时代关于炎黄二弟以及蚩尤的诸神之战，但毕竟是传说。秦朝时这里设为边关，明朝时有了“镇远”的名号。如要仔细去品味，还真能琢磨很长时间，只希望这种古味不会随着游客的增加而沦丧。

有一段关于镇远的逸闻：印度前总理尼赫鲁少年时曾做过出家人，曾到过镇远。20世纪50年代初，他与周总理会面时还回忆起随师父住在镇远青龙洞的情景。镇远的青龙洞相传曾是一道人所建，本为道教圣地，而后来成了南亚各国僧众传经拜佛之地，青龙洞前祝圣桥上的对联中就有一句“缅人骑象过桥来”。

### 镇远古城景点分布图



图片来源：欣欣会员—雪辉闻笛

### 镇远周边景点：

#### 玉屏山

就是镇远的后山，在玉屏山能看到镇远全景，山上有苗疆长城。门票三十，早上八点前上山免票。值得一去。

#### 青龙洞

实际上青龙洞不是洞，是一个大型的贴壁凌空建筑群，占地面积两万多平方米。其中中元洞是佛家之地，然而在佛家却住着道家的人物张三丰；在儒家之地紫阳洞，却把最高的一间房子拱手让给了道家的老子；在道家之地第一个房间却住着佛家的观音。体现了其中包容与和谐。在古城对面，门票30。

## 西江千户苗寨

全世界最大的苗寨。被中外人类学家和民俗学者认为是保存苗族“原始生态”文化比较完整的地方。

西江苗族的历史非常悠久，可以追溯到公元前 559 年的蚩尤部落。据说西江苗族是蚩尤第三个儿子的后裔。江西苗族迁徙西江之前已经形成了自己的苗族文化体系，到西江后又长期处于政府“管外”（管制之外）的状况，一直是自己管理自己，因而苗族文化得到很好的保存和发展，再加上交通的不便，统治者欲同化也鞭长莫及。

西江苗族也以鼓作为自己的联络工具。“鼓藏节”是西江人敬祭祖宗的盛大节日，是苗族人民文化和精神的最高体现。据说西江苗族的祖先是虎年迁到西江的，虎年至虎年恰合一个小甲子（13 年）。13 年一次鼓藏节也就约定俗成。西江鼓藏节是一个规矩严格、习俗繁多的节日。杀猪那天要听“鼓藏头”家凌晨 5 点以前杀叫的声音以后，四边人才能动手。鼓藏节到来的头两年，规定第一年（鼠年）为起鼓（引鼓），要跳芦笙至少七天，最多九天。

**门票** 100 元

### 交通

①一般从凯里客车站乘坐往西江镇的中巴，车费 20-25 元，45 分钟左右就可以到达，交通十分顺畅，但中班车次不多。可以直接凯里花 80 元左右打的士就直达西江。

②可以从凯里坐到雷山的车，半小时一趟，一个小时的路程，13.5 元/人，然后就在车站换乘到西江的中巴，10 元/人，从早上七点到下午五点四十，一个小时一班。从雷山到西江也可以包车，面的 70 元左右。

③可以在凯里二龙车站坐开往脚高的班车（3.5 到 4 元），在郎利西江岔路下车乘坐摩托车（15 元）或者面包车（10 元左右）。

④自驾车到高速凯里东下车后直接开 30 分钟的路程就到达西江千户苗寨。西江的停车场在靠近上观景台的山脚下，那里还有前往凯里的班车，最早是七点钟的车，但一般都是人满发车。

### 住宿

到西江千户苗寨有时间的话可住上一天。如果时间紧，可以清早从雷山出发，呆上大半天也够了。返回雷山或凯里住宿，雷山县城内住宿条件好得多，还有网吧。西江比较贫穷，街上没什么吃的，小饮食店里的米粉 1 元 / 碗。

### 饮食

西江千户苗寨喜食酸辣味，每家都自备酸汤、酸菜、酸辣子、酸番茄。同时雷山地方还制作有腌汤，腌汤分油腌与素腌，煮火锅时用酌量加入调料，菜肴鲜嫩，还可治消化不良等。苗族还常以酒示敬，以酒传情，饮酒的礼俗也不同，如拦路酒、进门酒。



图片来源：欣欣会员—plj123

### 旅游小贴士

- 1、西江比较贫穷，街上没什么吃的，小饮食店里的米粉 1 元/碗，大多数 IC 电话都不能用了，在邮局旁边的 IC 电话倒是好的。有两家制作银饰的小店，银手镯 2.8 元/克，小物件可在标价的基础上还价。
- 2、从凯里至西江，沿路可以看到零零星星的苗族村寨，如果是清晨，八九点钟，幸运的话可以看到阳光在山谷间闪耀，晨雾在半山间缭绕，十分迷人。
- 3、建议避开黄金周等节假日，清静的寨子会让人安静下来，层层叠叠的古老吊脚楼，会让人仿佛回到远古时代。
- 4、每天两场原生态歌舞表演，分别是中午十一点和下午五点。可以坐在风雨桥廊上看到原汁原味的民族风俗表演。
- 5、尽量往寨子的深处高处爬，因为越往上，苗寨的精髓与神秘之处才能越容易看得到。苗王家就在山顶，也可以去拜访一下，也可以直接到苗王家住宿。站在山顶往下望，鳞次栉比，气势恢弘，又灵秀逼人。
- 6、晚饭可以去西江饭店，吃一下当地的苗家风味，酸汤鱼，味道相当正宗，价钱也不贵。晚饭后，夜游苗寨必不可少。站在寨子对面的观景台往对面的大寨子望去，星星点点，灯火璀璨却又寂静安详。或者早些起来，看清晨的寨子。
- 7、西江的苗族美女是一道靓丽独特的风景。到了西江，别忘了找找倚在美人靠上的苗族姑娘。苗族女孩的装束很美。分为盛装和便装。女孩子，可以在寨子古街上去试穿一身苗族的盛装留个影，但在街上出租的那些盛装很粗糙。如果真想穿上一套纯手工的正宗的苗族盛装，可以去一些有女孩子的老家乡，诚恳地向他们借来穿穿，也许他们能够答应。

亲访友，互相祝贺节日。

### 西江民俗文化

西江的民间节日众多，以一句话来形容也就是：大节三六九，小节天天有。每年一度的吃新节、苗年和十三年过次的鼓藏节最为隆重。

**苗年（农历十二月初一至十五）：**苗年是苗族一年中最隆重的节日，具体举行时间在各个地方不尽相同。主要活动有踩鼓、吹唢呐、跳芦笙、赛马、斗牛、游方、对歌、爬竿等。节日前期，每家每户都备有丰盛的酒肉菜肴，缝制新衣，节日期间互相走村串寨探

**鼓藏节：**鼓藏节是贵州苗族最隆重的祭祖仪式，是苗族人民文化和精神的最高体现。在苗族各分支内都有此习俗。但各苗族分支举办的时间不完全统一，内容包括宰牛祭祖、用牛皮制鼓、祭鼓等一系列宗教礼仪。据说西江苗族的祖先是虎年迁到西江的，虎年至虎年恰合一个小甲子（13年）。13年一次鼓藏节也就约定俗成。西江鼓藏节是一个规矩严格、习俗繁多的节日。杀猪那天要听“鼓藏头”家凌晨五点以前杀叫的声音以后，四边人才能动手。鼓藏节到来的头两年，规定第一年（鼠年）为起鼓（引鼓），要跳芦笙至少七天，最多九天。上次的鼓藏节是在2010年。

## 西江千户苗寨导游图



## 岜沙苗寨

岜沙村离从江县城仅 7.5 公里,纯苗族,20 世纪 70 年代初从(江)榕(江)公路修通时就从这儿穿寨而过,但多年过去,世居于此的苗民仍然保持古老而原始的生活。

岜沙最有特色的是男子留发髻和古代部落武士形象:岜沙男子剃光头,只有头顶处留头发,而且都挽着一种模式的发髻,同时随身必佩火枪、腰刀,身着自织自染自制的无领右开襟铜扣青布衣。

岜沙寨依山逐层修建,置身寨中往往辨不清方向。房屋建筑古老淳朴,老人小孩友好而好奇地打量着外人,让人感觉很亲切。岜沙人主食糯米,每当秋收的时候家家户户从田里把禾摘下来扎成把,不挑回家,而是挑到寨边的高大木架上(当地人称之为禾晾),一把一把挂上去,待到禾把晾干后才收进木架边的禾仓。

岜沙人自然崇拜观念浓厚,崇拜古树、太阳。遇有人畜不安、生活不顺或天灾人祸,都要到寨头大树下烧香祈祷。把树木当神祭拜,保护树木因此也成为习俗。村规民约中有“不准车辆进入岜沙买柴,只准村民挑柴到县城去卖”的约定,因而岜沙四周树木保护良好。1977 年,岜沙人砍倒村头一株直径 1.2 米的古香樟运到北京用于建造毛主席纪念馆,并于树址建造了一座八角亭以示纪念。

到岜沙的时候如果看到寨门前横拦个一根野藤,藤上挂着草标,这表示寨门未开,外人不可擅入。每当节日或有贵客来的时候,就会有一名穿戴整齐、一身威武的岜沙男子在寨门前吹奏芦笙、芒筒,身着苗族服饰、佩带银头饰的岜沙姑娘则在寨内持牛角酒恭候贵客。一曲笙歌奏毕,三声铁炮响起,一阵火枪对天鸣放,宾客鱼贯进入,饮些许牛角酒以示吉祥。然后在姑娘们的带领下走上芦笙堂的林中小路。芦笙堂在岜沙东南的森林里,大概 100 平方米的空地。行进途中,岜沙男女要面向太阳,缓缓后退行进。据岜沙老人说,岜沙人要进芦笙堂必须首先面向东方祭拜太阳,然后在此地表演苗族歌舞。

平时没有这种表演,但可以与从江旅游局或到寨子找人联系一场,费用是 400 元,很有看头,人多了分摊也不贵。农闲的时候几乎全寨的人都来凑热闹,什么家藏宝贝都拿出来,那时候当然也可以尽情地照相。此地没有饭馆和旅社,但游览此地有个半天就足够了,用不着吃住。岜沙的梯田和妇女晾晒青布的场景很是入镜,可以多来两张。

**交通:**因为榕江到从江的车现在都走新路了,不经过岜沙了,只能在从江过了桥,搭小面的,5 元车费。或者搭乘摩托车,10 元每车。面的在早上的时候没有,上午 9、10 点才有。可步行前往,行程约 1.5 小时。

**注意:**平时要给当地人特别是老人照相,最好跟他们商量一下。当地人对某些旅游者的宝利来快照印象深刻,以为所有的旅行者都有这样的机器,当被问起的时候最好解释清楚。岜沙在当地读音为 biasa,而不是 basha。

## 三门塘侗寨

三门塘是清水江边一个古老的侗族村寨。5000 多年前,从湖南迁入的严、谢、王三姓,各立门户,故称三门塘。又传是寨中东、西、南三面各立有寨门叫做三门塘。这个寨是当地著名的侗族四十八寨之一。侗族分南北,三门塘隶属北侗,之前三门塘的祖先们以放排贩木为生,积累了大量的财富。村内有刘氏宗祠,是清水江上下绝无仅有的一座集中、西建筑风格为一体的建筑,至今保存较好,列为文物保护单位。

**门票:**10 元/人;三人以上可要求售票处派村里的导游讲解,免费。如果人数不够强烈建议买足三张门票请一个导游,没有导游的讲解很难领略到三门塘的精髓,导游本身就是三门塘的居民,在他带领下穿越整个寨子,脱离了成熟旅游区导游词的浮夸和华丽,伴随着充满自豪感的平和叙述,清水江畔的“大宅门”故事娓娓而出。

**交通:**凯里方向搭乘凯里开往锦屏或者黎平(经天柱线的)方向的班车途径三门塘渡口下车。凯里汽车站(凯运司)每天约有十五班左右途径三门塘的班车,县城天柱到三门塘 27 公里;黎平方向则可以搭乘前往天柱或者凯里的班车,途径三门塘。隆里古城到三门塘 69 公里;湖南方向可以从怀化、洪江、会同一线到达远口,搭乘远口往黎平方向的班车;到达三门塘渡口后须乘过渡船跨过清水江,船费双程 2 元。

**住宿:**售票处就在渡口旁,可提供住宿。20-30 元/人.同时可以在住宿处就餐。

### 观景和摄影 tips:

a) 三门塘渡口有无数的碑文可供阅览,侗寨中典籍和田野证据最多的寨子,没有之一。哪怕是这样,三门塘的历史还有很多未解的谜。如果您考据癖更严重,三门塘的后山有无穷的古墓可以参观。

b) 三门塘曾经巨贾云集,石板铺路,石板作护栏。在以木结构房屋为主的苗乡侗寨是一个奇观,走在村里,就能感受往日的辉煌。

c) 刘氏宗祠自然是三门塘的重头戏,一个欧派建筑矗立在三门塘侗寨里,让人仰视。祠堂门口四十四个拉丁文字母和那个定格在 9:20 分的钟表塑像,迄今还是一个谜;相比之下,同样是欧派的王氏宗祠就略显逊色,但是同样值得一观。

三门塘一线最近都在修路,很多班车都不通过三门塘了。近期前往三门塘比以前困难很多。另外一个不大好的消息是在清水江修建水电站的消息甚嚣尘上;如果有一天真的修建水电站,那么三门塘可能就此消失了。

**提示:**南侗和北侗:一般意义上,以清水江为界线,清水江以北的侗族聚居区称之为北侗,清水江以南的侗族聚居区称之为南侗。北侗受多元文化的影响较深,呈现出多元的文化融合现象,而本土文化式微;南部侗族因为历史上交通不便难以到达的原因,还保留着更多的侗族原生文化。

## 隆里古城



图片来源：欣欣会员—张张娃

隆里，原称龙里，清代名为隆里，谓“隆盛之理所”。隆里地带为一片开阔的山间盆地，良田千亩，阡陌纵横，四周群山环抱，浓荫覆盖。这座瑰丽的古城始建于明洪武十九年（1386年），永乐（1404年）夏筑，为明代重要军事城堡。

隆里是唐朝著名诗人王昌龄贬谪的地方。目前，隆里古城已被省政府列为全省重点建设的12个古城镇之一，又与挪威王国共同作为贵州建立的四个生态博物馆之一。古城人固守着明清时期的汉文化，与周围集居的侗、苗、瑶等少数民族文化形成了巨大反差，人称“少数民族中的少数民族”。

**门票：**15元，隆里有很多小门进去，而且售票人员下午六点准时下班。如果要看隆里博物馆，必须要出示门票。

**摄影和观景 tips：**隆里最热闹是春节期间，隆里古城在春节期间政府默许公开聚赌，五毛到五百块都可以赌。届时隆里的主街道，全部是赌档，家家坐庄，人人参与，骰子与纸牌齐飞，男女老齐上阵，年龄跨度从五岁到七八十。

正月初三至十三，夜幕降临，街灯明亮，东、西、南、北门的小孩们扛着各自的节子龙，走街沿巷，上各家“朝贺”和“讨采”（讨采龙），各户接龙纳福，锣鼓声、贺龙声、鞭炮声和追逐声响彻夜空，此落彼起，一派浓浓的节日气氛，直到午夜喧闹声才逐渐稀落，夜夜如此。

其实隆里最值得我们称道的地方是隆里人悠闲的生活方式，白天家家门户大开，老人在门口晒太阳，孩子在街上嬉戏，鸭子在路上散步。尽管经常有游客，隆里人并没有为游客改变自己的生活方式，除了博物馆，所有的商业仅仅是为了本地居民的生活需要，没有为游客而营业的店家。几家客栈也很隐忍低调的开在自家的小院子里，对于上门的客人热情接待，而拉客这种事情在隆里从来没有发生过。

**交通：**黎平方向，黎平到隆里二十来公里，大约需要五十分钟。黎平汽车站往锦屏方向的班车大多经过隆里。锦屏方向，锦屏县城到隆里大约45公里，大约需要1小时20分钟。

**餐饮：**古城内像样的饭店不多。吃饭可到城外古城酒店吃，一般的客栈内都可以提供吃饭，不过最好先问清楚价格。

## 郎德上寨

这是一个比较著名的苗寨，奥运火炬曾到过这个地方传递。郎德最为出名的是它的芦笙场，地面是用鹅卵石以仿古代铜鼓面十二道太阳光芒和飞奔的骏马，以前很多介绍黔东南的配图，都喜欢用这个芦笙场。南上方还设有“杨大六文物博物馆”。馆内陈列着当年杨大六领导反清抗暴时的刀、叉、头盔、铁炮等战斗武器。寨子比较小，外面有一条河。时间足够的话可以在郎德小住一晚。

**交通：**雷山县城往凯里方向的班车都经过郎德路口，15公里，每人5元。也可以坐从雷山到郎德的面包车，也是5元。从凯里方向过来，乘坐凯里到雷山的中巴车，也是在郎德路口下。在郎德路口走1公里就到郎德上寨。

**住宿：**村中间有新建的苗家旅馆。寨子里面很多人家都可以住。10-20元一晚，条件一般。大多数都没有洗澡间，要到河边洗澡。夏天尚可，一般不建议冬天在郎德过夜。

### 小贴士

①如果碰上旅行团可以沾光免费看表演，包括拦路酒歌、盛装苗舞、芦笙舞、八抬芦笙舞等节目，表演费用大约是400元/场。

②可在寨中居民家吃饭，如果是一两位游客吃家常便饭，往往会让自己看着给。人多可以定价单独做。

③在寨民家吃饭，好客的寨民会力劝客人喝酒，如果不怎么会喝的最好一开始就坚决拒绝。

## 地坪风雨桥

地坪乡隶属黎平县，距黎平 54 公里。是从黎平至广西的交通要道。而在以前，地坪风雨桥正是连接贵州与广西的必经之道。地坪风雨桥全部用杉木穿榫构成，不用一钉一铆，运用杠杆力学的原理修建而成，它是侗族建筑艺术的一朵奇葩，是侗族人民智慧的结晶。

看地坪风雨桥真正要看的是它的装饰。地坪风雨桥上部为花板，绘有各种侗族风情人物故事、山水、花木、动物等彩画。此外，楼中楼“四柱绘有 4 条青龙抱柱，顶层花板又绘有龙虎鹤牛齐欢图案。桥两头柱壁上画了 3 幅楹联。另外在北面的平地上配建有一座风雨主亭，高约 9 米，为 6 角攒尖顶，同样具有浓厚的民族特色。

地坪风雨桥是黎平城内规模最大、造型最美的一座风雨桥。从这儿往广西走到三江县可到全国最大的侗族程阳风雨桥。大多到肇兴旅游的人最后的选择都是从此地到三江再到桂林，因为来回走的交通要困难得多。

交通黎平县有直接到地坪的中巴，肇兴也有到地坪的中巴。任何到广西的班车都会经过地坪。

## 天生桥

天生桥位于贵州省黎平县城德凤镇东北 16 公里处。黎平天生桥为天然石拱桥，桥身有石洞数个，有的可通桥顶，有的则深浅不一，洞中有无数蝙蝠栖息其中。桥顶和桥壁两侧石柱、石笋、石岩千姿百态，绝壁之上，古松怒立，植被葱茏，环境幽深绝伦。天桥之下，流水潺潺，波光粼粼；碧潭之内，山光树影，倒映其中。

门票 15 元。

交通从黎平客运站搭乘到高屯方向的车，告诉司机师傅到天生桥下车，车费一般为 3 元。

## 新桥短裙苗

雷山往榕江方向走十二公里，新桥就在路边，也是大塘乡政府所在地。很容易就能找到。新桥最著名的是苗族短裙服饰。

苗族有短裙苗，长裙苗之分，其实就文化溯源上看，穿短裙主要是便于上山劳动，为了保护膝盖和小腿，一般的苗侗服饰都有绑腿。其实现在日常生活中，已经很少有人穿短裙了。只有在过节或有贵客来访时，她们才会穿上传统的超短裙。

新桥更有名气的是他们的水上粮仓，苗族的房屋一般是木质建筑，为了防火，新桥人将房屋和粮仓分开，粮仓建在水塘上，既防火又防老鼠偷食。直到现在还在用。大概有四五十个这样的粮仓，很特别。如果是包车或者自驾车游的旅行者，新桥值得停留。

## 杉木河



图片来源：欣欣会员—雪烨闻笛

杉木河景区位于施秉县城西北部，距县城 14 公里。景区以漂流、避暑度假、探险、科考为主。主要景点有久别重逢、通天门、双石井立、刀背石、高滩、犀牛饮水、无路塘、雷公滩、坛子口等。

景区河床两岸山峦重叠，奇峰错列，峭壁危岩比比皆是，古藤巨蔓坚忍曲折地终于绝崖，青松苍郁枝虬刚毅地挺拔于白云端。深壑空谷，朝暮云雾吞吐，峪口崖壁，古木交柯翠竹掩映。其间巧石星落棋步，竞相崛起，苍岩腹封，溪流鸣佩。或有飞涧从崖峰注入石上，曲折回绕飞流下泻，泉水纷云如冰绢玉屑飘筠空中，随风散落。

门票 185 元

交通

公交

①从火车站施秉火车站出发，下火车先乘做面包车到县城，再从县城乘车到景区。

②从县城施秉出发乘做大巴、出租、面包车均可到达景区

自驾贵阳——凯里（高速），凯里——施秉（新二级路）——杉木河，建议游客到施秉县后乘车前往。

小贴士

①漂流的时期为每年的 4 月至 10 月；出发时，最好携带一套干净的衣服下船时更换，同时最好携带一双塑料拖鞋或一次性草鞋，以备在船上穿最好穿凉鞋。穿着上尽量选择简单、易干的衣服，但不要薄或色彩太淡，否则万一掉到水里会很尴尬。

②漂流途中可带少量零钞，由于漂流时间长，体力消耗大，沿途有当地农民卖农家烧烤或者其它食品，可以补充体力。

## 加榜梯田

加榜梯田位于贵州省从江县西部月亮山腹地的加榜乡东北面，距县城 80 公里，是当地苗族人世代留下的杰作。苗族的稻田都是依山而开，随山势地形的变化而变化，因地制宜，山坡海拔的高低，坡度的陡缓及山坡的大小决定了梯田的大小和形态。而加榜独特的地形地貌决定了这里的梯田面积最大的不过一亩，大多数都是只能种一二行禾的“带子丘”又称腰带田。

### 观景和摄影 tips :

- 1、加榜梯田一带是苗族聚居，不过从服饰看，有点侗族化的趋势。民族风并不是很浓，政府意图恢复一些民族节日，目前也这样做了，不过这些所谓恢复节日的安排，吸引力不大。看风景就看风景好了。
- 2、党扭梯田是加榜梯田的一个代表作。党扭梯田的最好观景点居然是王先生的农家乐。现在只拍照不住宿要收五元钱。在王先生房子往山上走，其实也可以拍得到。
- 3、党扭开始一路到加车（ju）就是连绵不绝的梯田群，不过是八公里，不是外界说的 25 公里。可以开车或者徒步，一路风景可以用惊艳来形容，相信无论是摄影者还是旅行者都有很好的收获。加榜梯田中，以党扭梯田最为标志性，可以称为加榜梯田地标式的一个景点；以党几岭梯田最为壮观；以杨松岭的细线条梯田最为气势磅礴。以党扭村和加车村一前一后为观景的中心点。加车村是景区内最大的寨子，有一千三百余人，沿线中，加车村的观景点最多。

### 交通：

#### 到达党扭路口

自驾车者从从江或者榕江方向后到达腊俄大桥，拐进去。腊俄大桥横跨都柳江，较好辨别。过江之后一直沿着柏油公路走 30 公里到党扭路口，这一段路况不错，沿途风景也可以，党扭路口没有明显标识，现在有一简易的喷墨广告牌，只是加榜梯田由此进，还有联系电话。过腊俄大桥之后 GPS 无路识别。不过岔路不多。榕江方向的背包旅行者可以做榕江到从江的班车在腊俄大桥等从江往党扭路口方向走的班车；从江有发往加榜和宰里的班车，一天四班左右，最后一班是两点。告诉司机在党扭路口下车，让他们提醒。

**住宿：**目前有四个对外接待的住宿点，加起来不到八十多个床位。不过也相信会慢慢多起来。暂不提供淋浴服务，全部都是通铺或者房间。卫生状况最好的是加车（ju）村梁文佳家。住宿费 20-30/人。小黄和小白：梁文佳老师家有两只可爱懂事的狗。黄色的叫小黄，白色的叫小白。它们能认得住他们家的客人，还可以带客人到梯田的最佳观景点。每逢客人离开加榜，小黄和小白总会跟在车背后，相送四五公里才依依不舍离开。

**饮食：**素菜为主，在那边吃肉不算特别容易。当然也不算难，土鸡一只才 25 元，可到老家乡找找，不过最好是自己做。

## 三宝侗寨 天下第一侗寨



图片来源：欣欣会员—水之韵 2

三宝侗寨，又称车江三宝，位于榕江县古州镇北车江和忠诚坝区，是中国侗族地区人口最多、最密集，历史文化最悠久的侗寨寨群。车江侗寨由三四个大小不一的侗寨连成，分上、中、下宝寨，合称“三宝侗寨”。侗寨绵延约有 15 公里，除非有很充裕的时间，否则很难一一走到。

三宝侗族喜欢聚族傍河而居，寨边河岸上栽有四季常青的护堤榕树，寨内木屋与窰子屋错落有致，鳞次栉比，江水、榕荫、村寨、田园构成一幅幅美丽的风景画。现保存完好窰子屋的还有车寨二帝阁杨氏家族和寨头弯街杨氏家族等处。

**推荐看点：**萨玛祠 车寨鼓楼 三宝鼓楼

**门票** 30 元

### 交通

#### 到达榕江县城

榕江现在的高速路已经修好，从凯里坐车到榕江，车程大概 3 到 3.5 个小时，车费大概是 65 元左右。榕江到凯里的车也非常多，另外每天还有两班直达贵阳的车，车费大概 115 元左右，车程 5-6 小时。

#### 到达车江侗寨

从榕江县城乘坐三轮车 2 元一个人，另外从任何地方去从江的小巴都会经过这里，也只收 2 元一个人，不过如果乘坐单人三轮车，可能会要价 5 元，可以还价到 3 元。

### 小贴士

① 如果从西江千户苗寨游览完毕后，想到榕江，一定要先回到凯里，再去榕江。不要直接从雷山走。

## 住宿推荐

### 凯里

作为黔东南州州府所在地，凯里住宿很是方便，各种档次的酒店、宾馆、招待所都能找到。不过在黔东南旅游，凯里更主要的是交通的中心城市，大部分时间是住在景点上，景点住宿相对较差，在凯里不妨住得“腐败”一点。

### 肇兴

在肇兴一点都不用为住宿担心，大多为侗家木楼。漫步于肇兴的街道上处处能看到当地居民自己办的私人旅馆，其实不过将自己的住房让出一间来而已，住的人不多，主要为旅游旺季时的散客服务。价格很便宜，10-20元/床。

**黎平** 县城住宿条件较好。但县城本身没有太大停留的必要。

### 镇远

在政府对面往青龙洞走有一排私人建造的古色古香的楼房，其实房内设设施倒也现代化。多家提供住宿。房屋的后面即是舞阳河，比住在宾馆里舒服。多人间房价在5-10元左右。

### 黄平

县城不大，但小城镇建设不错。离县城不远的五里桥有一家苗岭河饭店，是苗家风味的餐馆，一道叫沙滩狗肉的特色菜很有名。县城内住宿都不是问题，招待所一般在10-20元/床。

**从江** 从江住宿很方便，在客运站隔壁就有好几家私人旅馆，三人间10元/床，标准间30元/间，带沐浴。宾馆更为集中的是过了从江大桥的老城区。价格在10-15元/床。



凯里颐嘉酒店

简介：凯里颐嘉酒店地处凯里市中心附近、于闹市中取其静谧。酒店装修清爽、简约、房间干净整洁，酒店内设棋牌室，小型餐厅一个（约45个餐位）。

欣欣价：98元起

[>>立即预定](#)

顾客点评：还可以吧，第二次入住了，挺舒服的，让人满意，就是睡个觉，空调什么的都还好，也没有评论上说的那么吵

顾客点评：酒店位置闹中有静，交通方便，去火车站都很方便，房间卫生尚可，遗憾的是遗忘在房间里的瑞士军刀不知能否找回！

[更多](#)



凯里品高酒店

简介：凯里品高酒店以简约典雅的中式为主体风格，所有客房集传统中式的优雅和时尚现代的设计巧妙结合，体现出一流的舒适感和与实用性。酒店设施齐全、宽敞舒适，拥有各类型客房90余间，以及风格迥异的餐饮包房和功能完备的会议室。

欣欣价：188元起

[>>立即预定](#)

顾客点评：位置好，方便找，房间挺大的，设施很新，刚进房间的时候稍微有点潮，可能跟这两天的天气有关系，空调吹吹就好了。

顾客点评：还可以，就是上网有点慢，其他多还不错，酒店设施有点老了，不过还比较安全，交通也挺方便...[更多](#)



镇远古城客舍

简介：位于镇远古城步行街大河关对面，是古城步行街少有的临街“庭院式”客栈。客栈与国家级文物重点保护单位青龙洞古建筑群隔河相望，步行均在5分钟以内。

欣欣价：128元起

[>>立即预定](#)

顾客点评：客舍地理位置很好，离汽车站、火车站很近，出行很方便。房间空间一般，卫生打扫的比较干净，房间的配套设施还可以，基础设施都有，但没有宽带，不能上网。客舍不提供免费的早餐。...[更多](#)

## 美食攻略

黔东南的饮食习惯跟贵阳差不了多少,以酸辣为主,油多味重。不过在黔东南最有名的算是酸汤鱼了。

酸汤是当地苗族喜食的一种特制底料,有红酸、白酸、臭酸、西红柿酸数种,随用随添,不只做酸汤鱼,很多菜都用该原料,比如泡菜什么的,有的人家里甚至有十多年的老汤。酸汤鱼里就加了很多小小的西红柿,红红的一锅,让人误以为是辣椒,其实辣椒都在附送的调料碗里。汤味鲜美自不用说,鱼肉嫩滑是它的另一好处。可以去试试。

### 凯里饮食

#### 美食概况

生活百味,酸、甜、苦、辣,酸当家。黔东南是“吃酸”的故乡。日常生活的家宴、宴会、红、白喜事中,酸食无处不有。男女老少,都有“嗜酸”的爱好。难怪当地乡谚说“三天不吃酸,走路打捞车”(指走路打趔趄的意思),道出了黔东南的酸食文化的特色功效和风格。

每家每户都少不了几个酸坛子:酸水坛、醋水坛、腌菜坛、腌鱼坛、腌肉坛,还流传着三月腌菜,八月腌鱼、正月腌肉”和“坛不下,菜不烂”等关于酸食的腌制季节和保存方法的俗语。由于历史和地理环境的原因,黔东南苗、侗人民在长期的生产实践和生活实践中,创造了自己不同于其他地区、其他民族吃酸的独有风格和制作工艺,形成了具有鲜明个性的“酸食文化”,仅酸的制作就有近10种工艺。

清酸汤是将淘米水烧开,倒入坛子中,加入适量的面酵母水或白醋、野葱、木姜籽,发酵2-3天即可取用,每次取用后要添新淘米水,24小时后可使用,注意清洁,不可沾油污,否则会变味。

红酸汤选用皮薄个小的西红柿,洗净晾干水分,装入坛子中加盐(每10斤西红柿加1斤盐),腌泡15-20天即可取用,如泡时间过长太酸。使用时可加适量的清水缓解酸度,同时注意不得沾油,木姜籽属于本地特产调味品。

#### 美食地点:

营盘坡宾馆对面有一家5元店,随便点菜,米饭1元,6元绝对吃饱吃好。北京东路上有几家米粉店,其中有家做鹅肉粉的,觉得不放辣椒油才能体现出那股鲜味,味道很不错。北方人想吃面食可以到营盘西路,那儿有包子铺和饺子店。在凯里民族一条街上全是餐饮店,省内有名的特色菜式在这里都能找到。晚上牛场坝的夜市小吃也很是丰富,是吃夜宵的好地方。离市区仅几分钟车程的高溪亮欢寨的凯里酸汤鱼,以酸汤系列最为有名。

### 夜市

凯里夜市是很多,比较适合旅行者的有三个推荐:

中博夜市位于大十字,凯里大酒店旁边;

牛场坝小吃位于大十字新华书店对面,国泰大酒店隔壁;

还有一个是老二商场夜市,从大十字沿北京西路往西走一百米左右,在一条凯里人都不知道叫什么名字的路上,可以随便找一个当地人问路,请注意断句,是老/二商场夜市。

夜市适合在九点半之后光顾。三个地方都有烧烤、烙锅(贵州夜市常见的一种小吃)、烤鱼。凯里人是这样认为的:吃洋芋粑粑(土豆饼)和烤豆腐到牛场坝,吃鱼吃饭到老二商场,吃粉到中博。

#### 特别推荐:

清江路夜市在一个比较偏僻的地方,市中心去火车站的路上。主打产品是猪小弟(就是你想的那个东西),香脆可口,搭配黄喉、肚条、天庭、蔬菜、花生炒成一份,装在铁盘子端上来。桌子上开洞,下面放置炭火,边烤边吃。最好一家叫向老三猪小弟,也是人最多的一家。10点之后开始有人,12点左右人最多。

#### 欣欣小编提示:

在夜市的时候总会有赤膊男出现,语速快而声音巨大,还经常伴有推推搡搡,其实不用害怕,他们对外地人都很友善,声音大是贵州人说话的特点,推推搡搡伴着也只是表示亲热的一种方式。大家都是良家只是朋友出来喝点夜啤酒,不是黑社会出来砍人打架。凯里的治安还是值得信赖的,当然小偷小摸还是难以避免的。



图片来源:欣欣会员—plj123

## 特色小吃：



图片来源：欣欣会员—plj123

## 侗族腌酸菜

侗族的腌酸制品中有代表性的是腌鱼和腌肉。腌鱼时将鱼剖开，去内脏，抹上一层食盐，浸上3-4天，用糯米饭、辣椒粉、姜末、花椒、蒜泥、料酒、食碱加水拌成糟料，装进鱼腹，然后一层鱼、一层糟料，堆放在腌桶内，上盖芭蕉叶或棕叶，四周用禾草密封，桶上灌以清水，使之隔绝空气。一般40天以后即可食用。腌制时间越长，味道就越好。经腌制鱼肉中的细菌已被杀灭，故取出即可食。

## 烤香猪

香猪是黔东南的独有产品，烤香猪是侗族菜系中的重要菜肴，将刮毛洗净去除内脏后的整猪（一般为5~10公斤，饲养至少需3至5个月），在其表面涂刷香佐料后在炭火中慢慢烧烤，直到烤熟。食用时用手掰开撕成细块。其味既鲜美又麻辣，过后回味无穷。

## 荷叶捆鸡

荷叶捆鸡也是侗族一大特色菜肴。其制作方法是先将拔毛洗净后的仔鸡去掉内脏，将佐料放入鸡肚内，用荷叶包好捆好在炭火中慢慢烧烤。烧熟后的鸡肉满屋飘香，味美无比。

## 烤鱼

烤鱼是侗族菜系中的一大菜肴，其制作方法是先将鱼肚剖开取出内脏后，放入花椒等佐料，用荷花叶或芭蕉叶包裹后放于炭火中反复烧烤，烤熟后置于盘中再拌以其他佐料，味道鲜美，十分开胃。

## 牛瘪、羊瘪

是侗族独具特色的食品之一。牛、羊为草食动物，百草中含有人体不可缺少的蛋白质、多种维生素、微量元素和钙质等。

## 腊肉

苗族上等佳肴。将鲜鲤鱼从头到尾剖开，取出内脏，烤干后蒸熟。将拌好的佐料装入干鱼腹腔，用糯米草捆扎装入坛中。月余揭开，满屋飘香，酸辣适度，美味可口。

## 腌鱼

是侗家人的传统名食。侗家腌鱼取都柳江中活鱼，剖开洗净放入瓦坛中与西红柿、花椒等一起腌制，半年后取出，外形黝黑如焦炭，但肉质却细滑嫩白，味如梅子，连鱼刺都化若无骨。

## 灰菜

苗族的传统菜肴之一。制作时将黄豆炖好，滤水后，放入糯米草灰或小米杆灰的过滤水，再加入对半的糯米，煮成粥状即成，称百草灰稀饭。煮鱼时，可放入百草灰稀饭，能除臊去腥，独具风味。

## 鸡稀饭

苗族有客人来时，将鸡的内脏取出后洗净，放入锅中，撒入适量大米，待米煮成粥状，把鸡捞出，再将鸡血及其内脏入锅煮熟。这种稀饭，味鲜可口，营养丰富。

## 瘪米

是侗乡老少皆宜的食品，更是秋收前青年男女行歌坐月少不了的伴嘴零食。糯禾成熟到七八成，便从田中采摘回来。抓一把投入口中，越吃香味越浓，存放数日也不会变质或发硬。

## 侗果

通常在节前，侗家姑嫂、妯娌、婆媳、母女们便开始三五成群地加工侗果。遗憾的是侗果还未真正的流入大众，大多数的侗果还停留在家庭里手工制作，不在市场上进行售卖。

## 特产攻略

黔东南州是我国三十个自治州中总人口和少数民族人口最多的自治州，各民族原生的文化种类繁多，其特产也因各县分布区域而有所差异。此攻略中重点推荐的是西江千户苗寨的相关购物。

### 1、淘碟

西江开有三个店，卖原创音乐。只要路过这几个点，总能看到拍着手鼓自我陶醉的文艺青年。放得最多的是《滴答》《山谷里的居民》，祖国各地的旅游区纷纷表示，侃侃和小娟是他们原创出来的。

### 2、绣品行绣花鞋

绣花鞋专卖，比较适合搭配现代穿着，时尚且舒适。

### 3、银饰



图片来源：欣欣会员—Jason

西江的银饰制作工艺非常值得称道，大大小小的银饰店分布于西江各个角落，基本上店主都是来自于西江旁边的银匠村控拜和麻料，总体来说西江银饰的质量还是值得信任的。

买银饰的时候要问清是“纯银”还是“苗银”，店主称为“苗银”基本为白铜制品，而称为“纯银”的为白银制品，如果不特别标明为925的银制品（这种多是从外地进货的），基本可以认定是以99银下料打制的。现在纯银银饰的价格在8-10元/克，太便宜的会有问题。手工特别细致的采用拉丝工艺制作的银饰和小东西是不称重量以件为价格出售的。

### 4、手工刺绣

西江街上有很多店出售或新或古旧的绣片，价格从几十元到上万元不等。我们很难在这里用一点篇幅教会您辨别绣片的价值，对于不是专业收藏者的游客来说，只要个人觉得喜欢和符合自己的心理价位即可，花几十几百块淘到价值不菲的宝贝这种事情在旅游区是不可能发生的事情。作为旅游工艺品的绣片价格整体上肇兴比西江还要便宜一点。

## 当地风俗

黔东南是苗族侗族的聚居地。在境内还要瑶族、水族等民族，少数民族是黔东南的最主要人口构成。

### 1、台江姊妹节

如果一定要参加黔东南的节日，首选姊妹节。在黔东南的节日里，台江姊妹节是最让人耳目一新的。

时间：农历三月十五

活动事项

台江县城（开幕式 农历三月十四）

交通：开幕式时间一般在上午十点左右开始，最好提前到达，盛装的人们已经在街头晃或者正在梳妆了。行进路线地图已经标示，最后的集中地点是秀眉广场。这一路基本上就是眼花缭乱盛装的，非常有拍头，大家占好位置。全天都有斗鸡、斗狗、斗画眉和斗牛活动，斗牛在台江的桥底。相当彪悍的水牛。当天街头两边人头涌动，对斗牛有兴趣的旅行者要提前到河边占好位置。

### 2、肇兴谷雨节

谷雨节在清明过后的第一个节气，也是春天最后一个节气。这个节气在肇兴过得特别隆重。这一天，文艺男青年就会拿着礼物放在篮子里送到文艺女青年的府上，如果女青年喜欢这个男的，就用墨水在男青年的脸上涂抹一番。当天被涂抹得越多的男青年，表示喜欢他的女青年越多。

时间：谷雨节当天晚上七点开始，新历4月20日

地点：肇兴侗寨全寨

玩法：晚饭后，纠集几个人拿篮子出动。准备糖果，烧饼若干。看到有姑娘的人家就丢进去。过一会，姑娘妈妈就会把你的东西全部拿走，换回来啤酒糯米等（这个留作宵夜用），把篮子放到门口。派人去拿，出手要快，不然姑娘就会一团抱住涂你墨水……

注意事项：注意摸姑娘的力度；不要穿白色或贵重的衣服，不然可能就作废了；玩摄影的，注意器材安全。

### 3、龙额春社

龙额的春社办得相当有特色，也基本保留了侗族的传统风味。如果碰巧遇到，还是值得一看的。春社是那一天？每年都不同的，不过也能算，所谓“立春五戊为春社”，就是从立春那天算起五个戊日就是春社日。

开幕式的节目，对于旅行者来说，还是非常值得一看的，特别是最

后的踩歌堂，可以说，龙额的踩歌堂是侗族踩歌堂中最炫目最精彩的一个。这个时候你一定要找个制高点挂好相机了。

## 4、隆里花脸龙

隆里民间花脸龙自北宋以来，已有 1000 余年历史，经过长期的发展演变，明代屯军时由隆里先民带入隆里，清代臻于成熟，传承至今。隆里每年正月十五元宵节举办大型群众性花脸龙灯表演娱乐活动。玩龙的高潮戏则是由位居龙尾的蓝季子挑起，这位滑稽可爱的丑角，摇身一变成为队伍中的龙头，他时而取出篓中的糍粑自己吃，时而用糍粑去抹围观人群嘴巴，时而利用扫帚沾着在节日被人们视为观音菩萨的净水的阴沟水。他手中的扫帚抹到谁身上，来年谁就会有好运。



图片来源：欣欣会员—lb2009

## 当地风俗及禁忌

苗族：(1) 苗家人热情豪爽，自尊心强，最忌外人以“苗子”相称，认为是对苗族人的最大侮辱；(2) 不要打张开的伞进别人的家；(3) 不要踩苗家火塘里的三脚架；(4) 不要坐正堂主位（神龛方向）；(5) 不要踩别人家的门槛；(6) 苗家人有“无酒不成宴席”之说，客人至苗家，必以酒相敬，客人若接受，主人会引为知己，若客人不胜酒力，也要象征性品咂一下，否则主人会觉得浑然不快；(7) 苗家人为泛神论者，与自然关系亲密，认为无论桥头、树下、屋头、灶旁都有神灵依附，每逢节庆或贵宾来临，席前均作烧香供奉，告慰祖先，以祈求平安，游人不宜对这类活动表示非议；(8) 门口插草标，意为家中有病人，忌外人进家；(9) 苗寨里尽量不要和已婚妇女套近乎；(10) 山寨里不要随便吹口哨，当地人认为这是召鬼的方式；(11) 同辈男女都以兄弟姐妹相称，最忌“姐夫”、“妹夫”之称。

侗族：(1) 户内供奉祖先的神龛，一切凶器，刀、松、剑、戟、戈、矛、弓、弩，甚至棕索，都不准放置其上；(2) 忌讳看他人吃东西；(3) 寨内举行祭礼活动期间，禁忌外人入寨，禁忌标志为用斑茅草打 4 个结，结成十字，悬于寨子口处。

## 旅游贴士

### 1、物资准备

黔东南和其他常规的旅行地其实大同小异，所以可以按照自己的旅行习惯，带必需的物资即可；不过有几样东西在黔东南经常都需要用，提醒一下大家带一下。

雨具，包括背包和相机包的遮雨罩；照明工具，包括手电和打火机；鞋子一定要防滑、好走山路的，最好是徒步鞋或登山鞋；山区的气温普遍要比市区低点，记得带件保暖的外套。

治腹泻和解酒药，不管你打算喝酒还是不打算喝酒；晕车药，如果你不需要，你的旅伴可能会需要；夏天需要带防晒霜，住寨子多蚊虫，不能少防蚊水；县城正规的酒店和旅游区的客栈，服务和卫生都能达到出行的要求，如果需要进行深度游，则最好带睡袋。

### 2、旅行费用

尽管贵州是经济欠发达地区，但是物价已经明显和国内各大城市接轨，基本的生活费用与京穗沪基本上差别不大。在黔东南旅行，如果保证一般属实的住宿餐饮，至少要保证一百五十元每人每天的标准。一般县城里拥有独立洗手间热水的房间都在一百元左右，正餐平均每人每餐三十到五十元的消费并不夸张。

黔东南很容易找到农村合作信用社和邮政局，所以带一张邮政卡或者信合卡是最妥当的。一些银行的柜台里可以跨行取钱，不在乎多一点手续费的话带一张有银联标志的银行卡就可以了；所有的县城都有农业银行，黎平县有工商银行；比较大的酒店和餐厅可以刷银联卡，而 VISA 则只有在州府凯里的中国银行才可以兑现。现金，一般带六百到一千现金就足够你从黔东南任何一个地方回到附近的城市了。

不要在天黑以后一个人呆在草滩上，因为有可能出现狼，如果实在没有办法，在 8：30 以前一定要扎营；不要在草原上乱走，因为青海湖主要是一个湿地，很多地方都分布有沼泽；不要在湖里游泳，青海湖是藏民的神湖，而且湖水温度比较低，容易感冒；尤其重要的是千万不要留下垃圾，即使丢在乡镇的垃圾堆里也不行，在青海湖边还没有有效的垃圾处理办法，一般都是露天堆放，所以一定要带回西宁；

注意防狗，狗在青海湖区无处不在，小心为上；防晒，在高原这都是必须注意的。

## 攻略制作者

本攻略由[欣欣旅游网](http://www.cncn.com)打造，并将定期更新，最新版本请关注[欣欣旅游网黔东南旅游攻略](http://www.cncn.com)！如有批评建议，请至[我有建议留言](#)。

## 周边攻略推荐



查看更多旅游攻略信息请至[欣欣旅游网旅游攻略](http://www.cncn.com)。