



# 四川为何成为中国名山最密集之地？

## 王小红解析从蜀山泛称到贡嘎称王

“自然天赋异禀，人文独特厚重。”当被问及四川为何成为中国名山最密集的区域之一时，四川大学古典学系、历史地理研究所研究员王小红用这样一句话总结四川山脉的特征。

在王小红看来，四川的山不仅是地质运动的杰作，更是中华文明的重要载体。而登山，从古至今，正是人与山对话的最佳方式。

3月，2026“一城一山·登遍四川”大型城市登山联赛正式启动。活动将以文旅相融为主线，串联全省21市（州）登山资源，实现一市（州）一特色、一节点一主题。王小红在接受华西都市报、封面新闻记者专访时，从历史地理的独特视角，梳理了四川名山的形成密码、古人认知的演变轨迹，以及登山观念从“通神”到“共生”的千年之变。



王小红登光雾山。受访者供图

### 自然天赋异禀 人文独特厚重

“四川为什么会成为中国名山最密集的区域之一？”面对这个问题，王小红从地质史的角度给出了答案。

“四川处于大地构造的十字路口。”她解释，按照地球板块构造学说，约6500万年前，印度板块与欧亚板块剧烈碰撞，导致青藏高原快速隆升并向东挤压，但遇到了欧亚板块东南部分的古



“蜀山之王”贡嘎山。图据王岗坪景区微信公众号

老陆块，也即四川盆地基底——扬子板块的阻挡，于是就在交界地带强烈褶皱、断裂、隆升，形成了横断山系的岷山、邛崃山、大雪山-贡嘎山等系列山脉。

从中国地形阶梯来看，四川更是全国少有的同时拥有第一、第二级阶梯地貌的省份。从世界屋脊青藏高原东部，到四川盆地，这个过渡地带造就了山的多样性。而多次构造运动的叠加——印支运动、燕山运动、喜马拉雅运动——反复塑造着四川的地形山脉。

“再加上我们处于东亚季风和南亚季风的交汇区，两大季风碰撞带来充沛的水汽。”王小红说，降水形成水系，流水长年侵蚀，再加上冰川作用，共同塑造了今天我们所见的这些高峻山川。

自然条件是山的“骨架”，人文则是山的“灵魂”。

“山不在高，有仙则名。”王小红引用这句古话，道出人文对名山形成的关键作用。四川虽地处西南一隅，但文化起点极高。从宝墩文化、三星堆、金沙等考古发现，到古蜀王蚕丛、鱼凫的传说，再到道教发源地带来的“七十二洞天”“二十四治”，以及峨眉山作为中国四大佛教名山的地位——这些为四川的名山注入了深厚的文化底蕴。

“很多重要的历史事件发生在四川；历史名人只要来到四川，都会与山发生交集。”王小红说，这种人文因素，让高山成为了名山。

### 从蜀山泛称到蜀山之王：古人认知的千年演变

古人对四川高山的认知经历了怎样的过程？王小红从历史地理文献的角度梳理出了一条清晰的演变脉络。

“早期一般称‘蜀山’较多。”她说，从《史记》到宋代的《太平寰宇记》，古人讲的蜀山主要指岷山或岷山以西的山。那时对西部高山多归入昆仑系统，带有神话色彩。

秦汉以后，四川纳入中原一体，人们对山的认知在《史记》《汉书》《华阳国志》及《水经注》等文献中呈现出从神话到地理事实的转变。虽然仍带有一些仙山色彩，但对四川山势的险峻有了重要认识。

“到了唐宋，这种认识就更多了。”王小红举例，李白诗中“蜀国多仙山，峨眉邈难匹”等诗句，反映出从文学艺术层面去认识山已成为主流。在全国总志如《元和郡县志》《太平寰宇记》以及四川地方志中，山的名称也从“蜀山”这一泛称，细分为更多具体的山——岷山、邛崃山、峨眉山等。

元、明、清时期，民族融合加剧，汉藏羌彝各民族对山的认识相互交流。“川西的雪山，如贡嘎山、四姑娘山，被藏族认为是神山；汉族有仙山，羌族有祖山。”王小红说，各民族的山岳崇拜在文献中的记载越来越多，对山的认知从四川东部扩展到西部，意象从险峻转向雄伟、高大、广袤。

“这为近现代认识‘蜀山之王’奠定了基础。”王小红指出，20世纪以来，随着海拔测量和近代登山运动的兴起，人们才正式将四川省海拔最高的贡嘎山

称为“蜀山之王”，四姑娘山为“蜀山之后”，完成从地理事实到文化符号的定型。这是一个对蜀山认知逐渐变化、日益丰富的过程。

### 从通神寄情到为爱攀登：登山观念有何变化？

在四川，登山活动最早可以追溯到什么时候？“至少可以追溯到石器时代。”王小红说，距今5000年左右的岷江上游营盘山遗址，就有祭祀活动的痕迹，反映出对高山崇拜和登山的可能。《禹贡》记载大禹治水时“蔡蒙旅平”，也有在山上举行祭祀、向神祇报告治水成功之意。《蜀王本纪》《华阳国志》中蚕丛、鱼凫等古蜀王“田于湔山，忽得仙道”的传说，也与登山有关。

先秦到秦汉时期，人们为了联通四川与中原，开始翻山越岭、打通蜀道。“五丁开山的故事，栈道的发明，都是人们在山上与困难作斗争。”王小红解释，南北朝到宋元时期，开始出现了为探险和修行而登山，这已类似于近现代意义上的游山玩水。

“我最欣赏的是范成大在《吴船录》中描写的峨眉山奇观。”王小红说，范成大对峨眉山佛光、云海的描写，即使现在有了照片、视频，也远不如他的文字传神。这标志着古人登山已进入艺术欣赏的层面。

从古至今，国人的登山观念发生了怎样的变化？“最早是通神，认为高山是与神灵沟通的媒介。”王小红介绍，第二阶段是实际需要，联通内外；同时寄情山水，以山比德，如“仁者乐山”“高山仰止”等，将山的品质与人的品质相联系，成为修身养性的知己。第三阶段是文学艺术的创作探索，甚至上升到哲学层面——如苏轼“横看成岭侧成峰”的多元视角。

山既是人们认知自然的阶梯，也是窗口。“到了近现代，出现了征服高山的观念。”但王小红更看重当下的转变：“从征服高山，发展到与山共生。体现了新时代人与自然和谐共生的生态文明智慧。”

“‘为爱攀登’的公益活动，正是传统山岳文化在当代社会最具生命力的延续。”王小红对该活动给予高度评价。活动一方面传承了古人登高望远、心怀天下的精神传统，另一方面又以全新方式重塑登山的社会意义——筹集善款资助山区儿童教育，保护生态环境，践行“无痕山林”理念，带走垃圾，清理前人废弃物。

“登山者和山的关系，变成了爱与见证。”王小红感慨，“在现代，山不再是被征服的对象，而成为爱的见证者、善的传递者。这象征着新时代人地关系更加动人。”

作为一名资深登山爱好者，王小红读本科时，周末常去登山。“记得大二时全班登重庆北碚的缙云山，60多名同学中，我是跑得最快的。”如今，王小红常与朋友在周末相约登山、捡柴，享受与山相处的时光。即使因视网膜脱落不能剧烈运动，她仍坚持考察蜀道所有线路，用自己的方式延续着与山的缘分。

华西都市报·封面新闻记者 边雪

### 知冷暖 成都市区天气情况

今日

13-19°C

阴转小雨  
偏北风1-2级

明日

10-15°C

阴转小雨  
偏北风1-2级

### 省内主要城市今明两日天气

马尔康	阴	0-20°C	多云	0-18°C
康定	阴转多云	2-13°C	多云	3-14°C
西昌	多云	11-25°C	多云	12-26°C
攀枝花	多云转晴	13-28°C	多云转晴	15-30°C
广元	小雨	10-16°C	小雨	9-12°C
绵阳	小雨转阴	12-18°C	阴	10-13°C
遂宁	阴转小雨	13-18°C	小雨	10-15°C
德阳	小雨	12-19°C	多云转阴	10-14°C
雅安	阴转小雨	12-20°C	小雨	11-15°C
乐山	阴转小雨	13-21°C	小雨	12-16°C
眉山	阴转小雨	13-20°C	小雨	10-16°C
资阳	阴	13-18°C	阴	11-15°C
内江	阴转小雨	13-19°C	阴转小雨	11-16°C
自贡	阴	14-20°C	阴转小雨	12-17°C
宜宾	阴	14-20°C	阴转小雨	13-17°C
泸州	多云转小雨	14-21°C	小雨	13-17°C
南充	阴转小雨	12-18°C	小雨	11-15°C
广安	阴转小雨	12-17°C	小雨	10-14°C
巴中	阴转小雨	9-15°C	小雨	9-13°C
达州	阴转小雨	10-17°C	小雨	11-15°C

### 同呼吸

#### 5日空气质量

成都(18时)  
AQI指数 67 空气质量:良

#### 6日空气质量预报

#### 成都主城区

AQI指数 28-58

空气质量等级:优或良

成都平原部分城市为优或良；  
川南部分及川东北部分城市为优或良；  
盆地其余城市为优或良；  
攀西地区和川西高原大部城市为优或良；  
全省首要污染物以PM2.5为主。

(数据来源:各地生态环境部门官网)

### 体彩

#### 中国体育彩票3月5日开奖结果

排列3第26054期全国销售41928336元。开奖号码:655。直选全国中奖10519(四川408)注,单注奖金1040元;组选3全国中奖17402(四川666)注,单注奖金346元。73517393.35元奖金滚入下期奖池。

排列5第26054期全国销售23579872元。开奖号码:65564。一等奖77注,单注奖金10万元。315219460.76元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2026年5月6日,逾期作弃奖处理。