



多吉扎森攀岩

Dojizhasen Climbing

摄影 / 路书制作: Tc Chen

徒步至攀登起点

藏林芝地区的圣湖“巴松措”，其藏语音译为“三座岩石山下的碧湖”，简称“三岩湖”，而这三座岩石山分别是巴河镇的赞给扎岩、朱拉乡的多吉扎森岩和拉扎岩，分别酷似国王的宝座、燃烧的火焰和紫色的佛珠。

多吉扎森岩（ཇོ་ཇོ་བཀྲ་ཤིས་བརྟེན་པ།），又名多吉扎赞日，岩体高约800米，宽约1000米，高耸入云，山体造型奇特，山势险要，峻峰突兀，被奉为“恰纳多吉菩萨的化身”。

要到达岩壁，可导航至“西藏自治区林芝市工布江达县黑弄”，沿水泥路往前开，路靠岩壁一侧有一个亭子（亭内有“多吉扎森岩”石碑），亭子旁有大面草坪，开车进草坪，请将车辆停放在进草坪尽头的树林中，不要停在路边引起当地人的关注。

停车后往山走，第一个转弯处进入小树林，留意黑色及红色电工胶布路标。



大黑天(玛哈嘎拉)之梦工厂牛马天团



长度	838 米, 28 段
海拔	3750-4400
难度	5.11D
开线	梦岩、古袅袅、小胖、媛媛、阿龙、Tc、赖程、张卓、咖啡心情
首攀	梦岩、阿龙, 2025 年 6 月
推荐装备	70 米绳子, 快挂 20 把

PART 1 转山之路

第 1 段：5.11B，28 米

第 2 段：5.10A，30 米

第 3 段：5.8，30 米

PART 2 嘎色达瓦

第 4 段：5.11A，30 米

PART 3 次塔拿

第 5 段：5.10C，30 米

第 6 段：5.10A，30 米

第 7 段：5.10D，30 米

PART 4 猕猴洞

第 8 段：下降路段，30 米

较狭窄，背包只能掉在腿下才能通过，体重较重者谨慎通过；沿着顶左边的大裂缝下降，缝的顶端比

PART 5 燃烧的火焰（精华路段）

第9段：5.10D，27 米

第9段的起步是下降路线的顶，从这里下降170米可以直接到地，专门打有下降顶，30米一个顶，下降5段，最后20米缓坡可以解除保护走路下到起步营地，一路均有红色喷漆箭头指示。

第9段下降到倒数第一把快挂时需要布路绳横切到右边的下降顶。

第10段：5.11A，25 米

中间从右边岩壁切到左边岩壁，左边岩壁的棱有可能会磨绳子，先锋或顶绳时切勿收太紧及左右摆动。

第11段：5.11C，29 米

先锋时需横切到左边后开始翻屋檐，下降需要带十米的辅绳或路绳，自己布路绳横移到第十段的顶。

第11段的顶有防水盒，放着笔记本和笔，欢迎留言打卡，写完后记得密封放好。

第12段：5.11B，30 米

切到左边沿着大缝斜走，线路上留有梅陇锁，下降时将双绳扣入梅陇锁中下降，或者提前布好路绳，防止横切太远回不到第十一段的顶。

第13段：5.11B，31 米

PART 6 穹鸟之地

第14段：5.10D，35 米

起步五米后有个石窝子，可以躲雨过夜。

第15段：5.10B，30 米

第16段：5.9，30 米

翻上平台往左边横移到顶。

PART 7 娘曲（水渠，下雨更滑更难）

第17段：5.10B，30 米

下降到起步第一把快挂时用菊绳挂住后再切到顶，水渠比较滑。

第18段：5.10D，35 米

第19段：5.11D，30 米

线路挂片打的很密，部分需要 aid 通过。

第20段：5.10A，30 米

第21段：5.10B，28 米

第22段：5.9，30 米

PART 8 金珠玛米（全程树林）

第23段：5.10B，27 米

第24段：5.10C，40 米

先直上，再一路往左边斜上，在空旷的斜面上有第一个保护站不要用，因为岩质不好，又移到了直壁下面。

下降 30 米后有两个过度挂片，挂片上有梅陇锁，用两条菊绳连接两个挂片后，再次穿梅陇锁再降 10 米。

第25段：5.10C，25 米

第26段：5.10D，28 米

第27段：5.10A，30 米

PART 9 多吉扎森王座

第28段：5.11A，30 米

山顶风大，只能容纳最多三人。顶上 5 个挂片，最好挂右边的 3 个或 5 个全挂，安全第一。山顶下面有个斜平台，可以作为躲风或调整排队的地方。27、28 段留有路绳，只能辅助备用，不能主受力。

推荐线路

第 4 段

侧拉缝

第 8 段

地缝下降

第 10 段

左右侧拉转换

第 11 段

翻屋檐

第 12 段

蠕虫缝

第 18 段

宽缝加侧拉挂脚平衡站小平台，反过来站

第 19 段

全程最难路段，光板扣扣，考验脚法

第 25 段

有趣的树岩混合爬

第 28 段

风大暴露感强