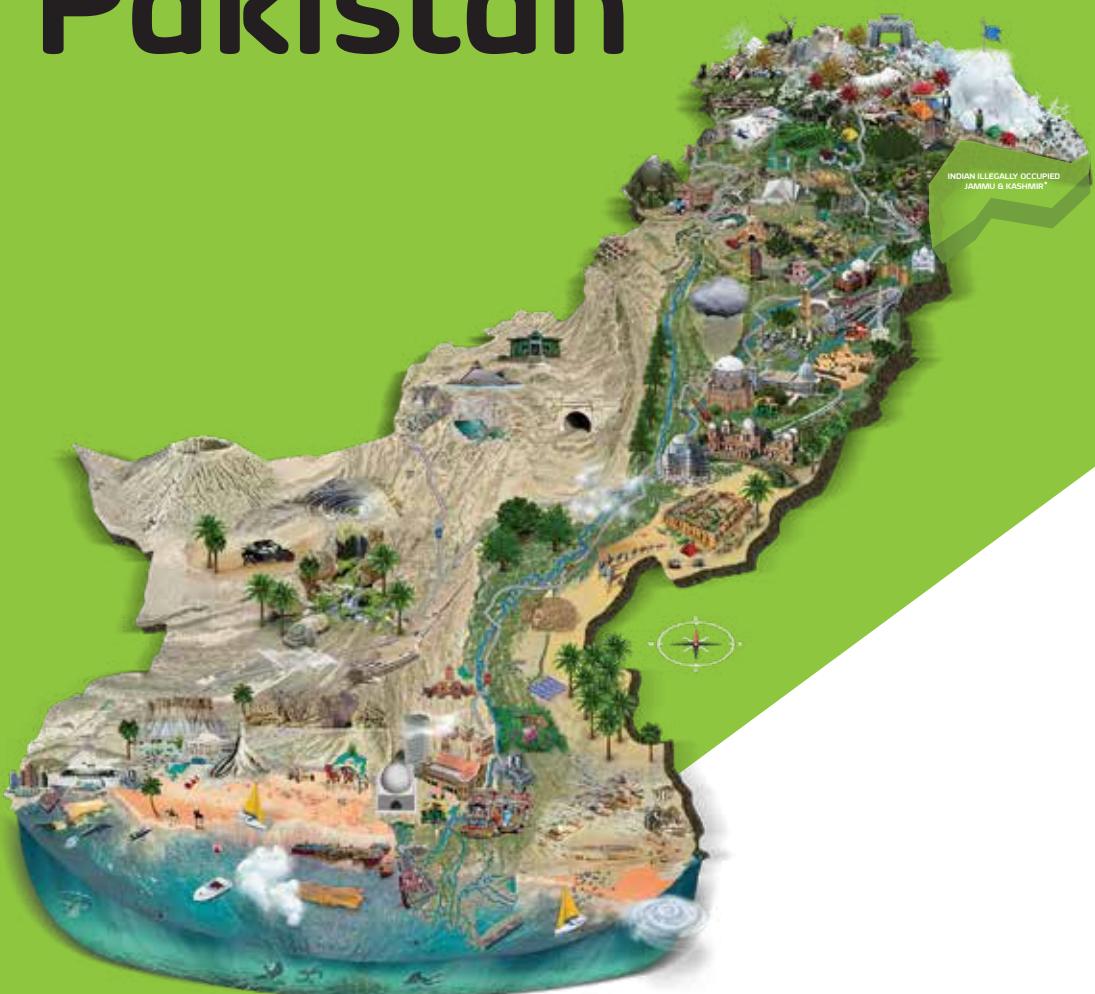


# 파키스탄 관광

# Tourism in Pakistan



파키스탄 정부의 이니셔티브  
파키스탄관광개발공사





# 내용

02

파키스탄

06

이슬라마바드 수도 지역

10

편자브

20

신드

28

카이베르 파크툰크와

38

발루치스탄

46

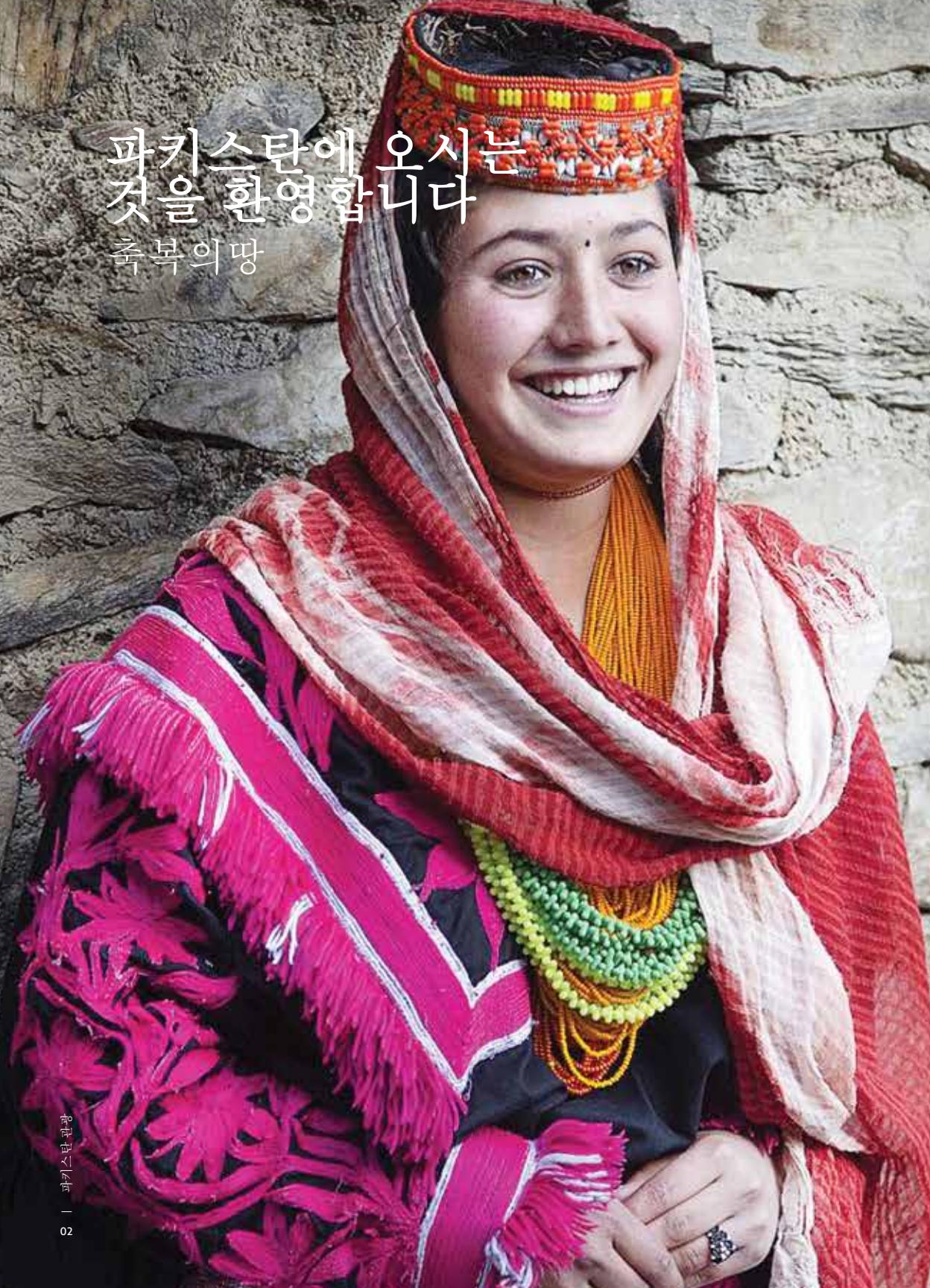
길기트-발티스탄

54

아자드 잠무 카슈미르

파키스탄에 오시는  
것을 환영합니다

축복의 땅





파키스탄은 남아시아에 위치하고 있으며 동쪽에 인도, 서쪽에 아프가니스탄, 남서쪽에 이란, 그리고 북동쪽에는 중국과 국경을 접하고 있다. 아라비아 해와 오만 만을 따라 남쪽으로 1,048 킬로미터의 해안선과 함께, 이곳의 가장 유명한 인더스 계곡이 여러 문명의 발원지이며, 오늘날의 불교는 파키스탄의 다른 지리적 지역에서 번성했다.

인도대륙에는 가장 오래되고 취약한 불교유적지가 있다. 이 지역은 불교의 쇠퇴와 힌두교의 부흥 이후 힌두교 기념물의 극장이 되었다. 인더스계곡문명은 종교 관광 발전에 매우 유용한 종교적 명소이며 매우 큰 원천을 제공한다. 또한, 이 나라에서는 아마 가장 주목할 만한 종교 자산일 것이다. 파키스탄의 문화는 인도, 페르시아, 아프가니스탄, 중앙아시아, 남아시아 및 서아시아의 영향이 녹아 있는 용광로이다. 그리고 파키스탄은 다양한 풍경을 포함하고 있고 수많은 아름다운 평원, 사막, 숲, 언덕, 산, 고원과 해안선이 있는 나라이다.



파키스탄은 3개의 유명한 산맥인 히말라야 산맥, 카라코람 산맥, 힌두쿠시 산맥이 만나는 세계에서 유일한 나라이다. 그 결과, 세계에서 두 번째로 높은 산인 K2를 포함하여 수많은 숨막히는 봉우리들은 등반가와 트레커들 모두에게 모험의 가능성을 제공한다. 그리고 값싼 물건을 찾는 사람들에게 파키스탄은 손으로 만든 고급스러운 카펫, 놋그릇, 오닉스, 구리제품등 다양한 문화의 수공예품으로 유명하다.

파키스탄의 관광 잠재력은 최근에 CNN과 포브스매거진에 실렸으며 수상 경력이 있는 여행잡지인 *Conde Nast Traveller*'에서는 파키스탄을 '최고의 휴가 여행지' 중 하나로 선정했으며, 영국 배낭여행자 협회는 파키스탄을 누구도 상상할 수 없는 야생 경관을 가진 세상에서 가장 우호적인 나라중 하나라고 평가했다.

파키스탄은 지리적으로 4개주 나뉜다. 발루치스탄(Balochistan), 카이베르파크툰크وا (Khyber Pakhtunkhwa), 편자브(Punjab), 그리고 신드(Sindh)주로나뉜다. 아자드잠무와카슈미르(Azad Jammu & Kahsmir)와 발티스탄(Baltistan)은 2개의 자치지역이며 이슬라마바드가 수도이다. 각 주와 지역은 고유한 브랜드, 사람 및 문화를 가지고 있어 각계각층의 방문객을 끌어들이고 있다.

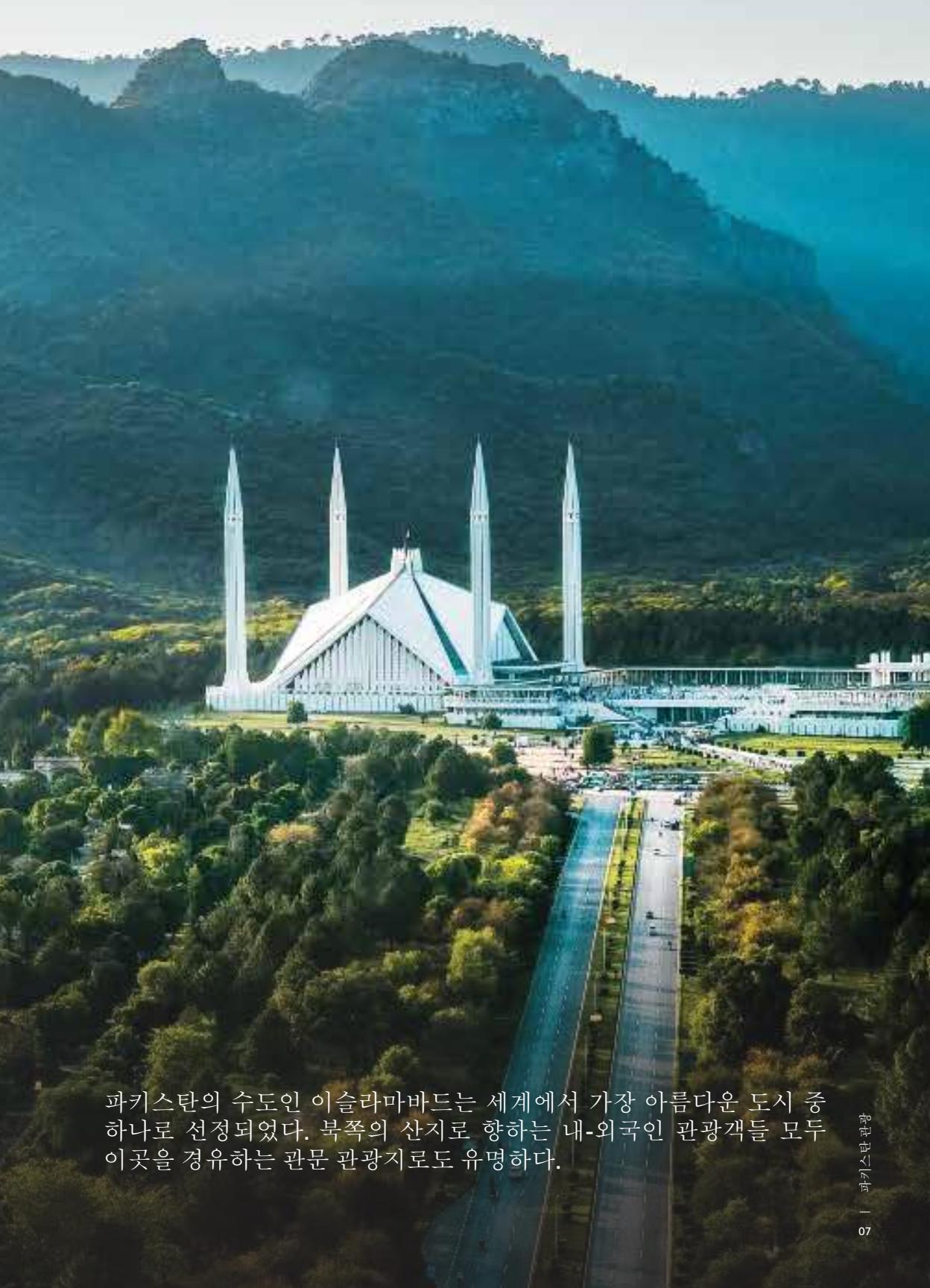
# 파키스탄지도



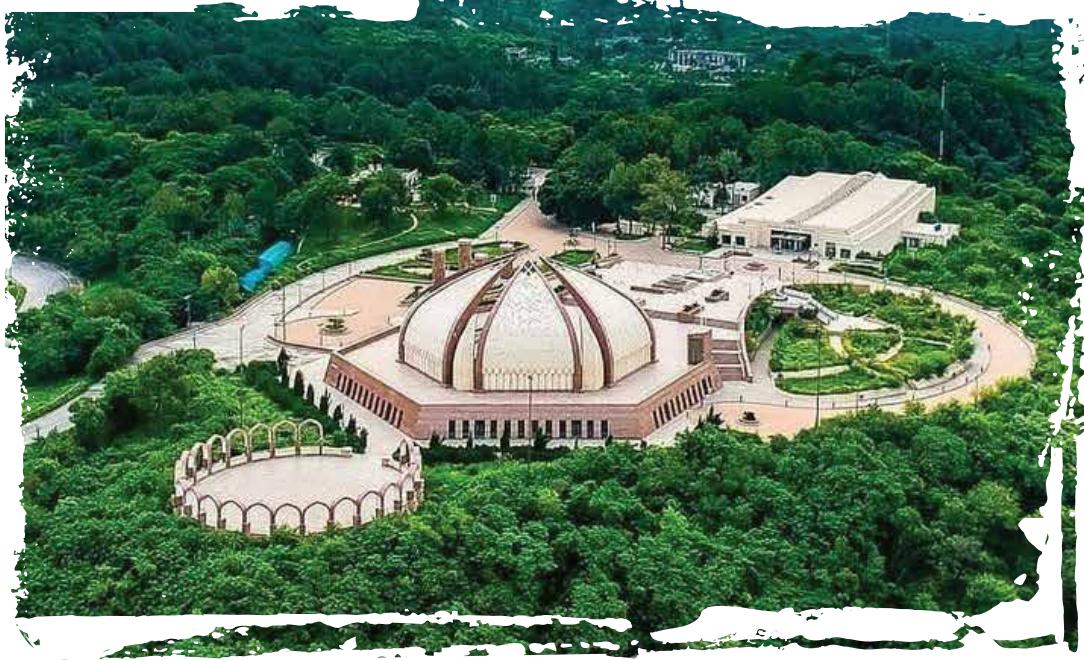
# 이슬라마바드수도

세계에서 두 번째로 아름다운 수도이자 남아시아에서  
두번째로 안전한 도시





파키스탄의 수도인 이슬라마바드는 세계에서 가장 아름다운 도시 중 하나로 선정되었다. 북쪽의 산지로 향하는 내·외국인 관광객들 모두 이곳을 경유하는 관문 관광지로도 유명하다.



이슬라마바드는 파키스탄 독립 이래  
임시 수도였던 카라치를  
대체하기 위해 1960년대  
건설되었다. 이슬라마바드가  
라왈핀디와 가깝기 때문에  
자매 도시로  
여겨진다. 이슬라마바드가 위치한  
지역은 아시아에서 가장 초기의  
인간이 거주했던 곳으로 거슬러  
올라가는 역사를 가지고 있다. 이  
도시는 무성한 녹색 풍경으로  
유명해서 '녹색 도시'라는 별명으로

불린다. 여기에는 공원, 녹지대, 산책로들이 많이 있다. 남아시아에서 가장  
크고 세계에서 네 번째로 큰 모스크인 '파이살모스크'를 포함하여 여러  
랜드마크가 있고, 다른 랜드마크로는 파키스탄 기념비와 민주주의  
광장이 있다. 그리고 도시 생활을 즐길 수 있는 관광명소 및 야외 활동을  
위한 로크비르사 (민속촌), 자연사박물관, 다만에코, 피르소하와,  
라왈호수, 시믈리댐호수, 일본공원, F9- 공원, 장미와 재스민공원,  
종합운동장, 샤알라딘다동굴, 세드푸르마을, 샤다라, 바리임맘,  
레이크뷰공원, 마르갈라힐스국립공원(MNHP)의 다양한 하이킹 코스 등  
많은 장소들이 있다.



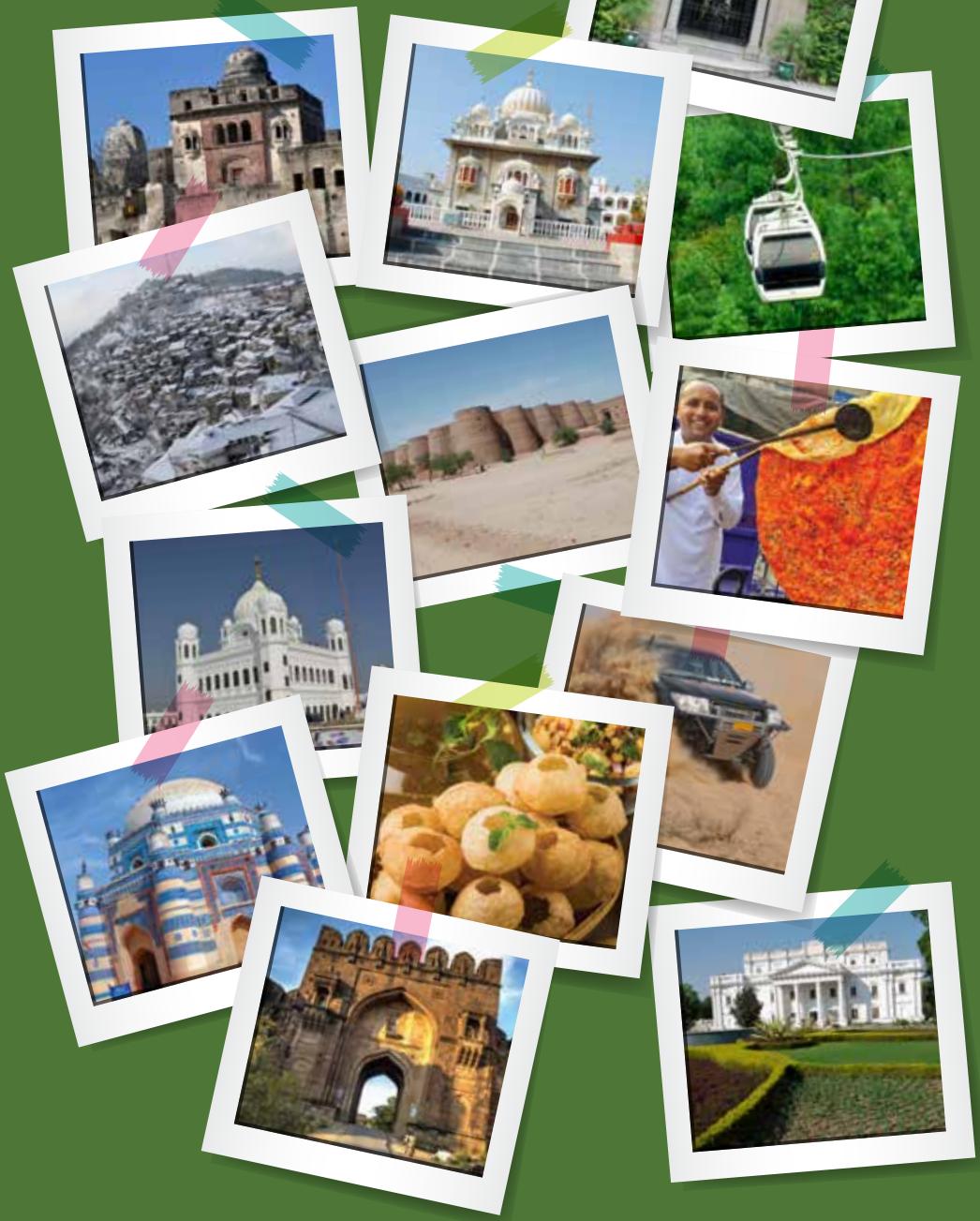
마르갈라힐스 국립공원은 이 도시의 아름다운 배경을 제공하고, 공원에는 히말라야 산맥을 이루는 마르갈라힐스, 샤카르파리안공원, 그리고 라왈호수를 포함하고 있으며. 틸라차루니는 1604미터 높이로 공원에서 가장 높은 곳이다. 마르갈라힐스의 인기 있는 관광지로는 다만에코와 피르소하와가 있고 샤카르파리안 문화단지와 레이크뷰 공원은 피크닉 장소로 인기가 높다. 공원은 생물의 다양성이 풍부해서 중국 히말리야 동물군인 회색영양, 짖는사슴, 표범등이 많은 곳이며 공원에는 약600종의 식물, 402종의 조류, 38종의 포유류, 27종의 파충류가 서식하고 있다.

이슬라마바드는 북부지역의 수 많은 인기있는 관광지로 가는 관문이며 짧은 시간내 차로 다닐수 있는 관광지가 많이 있다. 모리, 나티아갈리, 아유비아, 부르반, 레흐트라르계곡등 유명한 피서지가 1시간30분내 거리에 있고, 탁실라, 로타스요새, 라왓요새, 틸라조기안, 와가든, 카타스라즈, 케웨라, 말롯, 훈드, 아토크, 하산아브달등 유적지들도 몇 시간 안에 다닐 수 있는 곳이다.



# 펀자브주

다섯 강의 땅



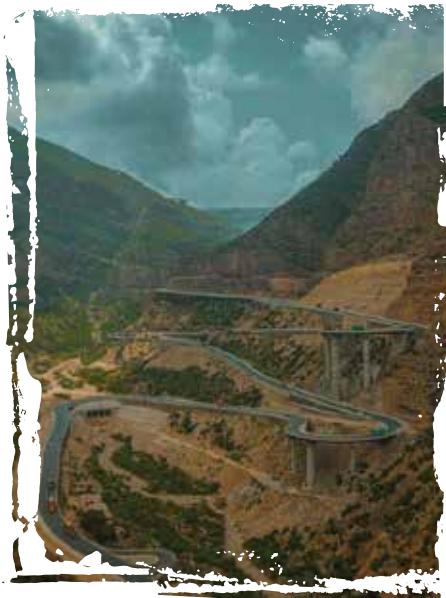


파키스탄에서 가장 산업화 되고 인구가 많은 지방 중 하나인 편자브는 오래된 것과 새로운 것이 모두 포함되어 있는 주이다. 무굴, 시크교, 동인도 회사의 통치기간 동안 지어졌던 고대도시, 기념비, 구조물에 깊이 박혀있는 문화유산과 민속을 보존하면서도 편자브는 편리하고 사치스러운 빠른 삶을 보여주는 탈식민지 근대화의 전형이다. 파키스탄에서 인구가 가장 많은 주인 편자브는 페르시아어로 **panj(다섯)-ab(물)**에서 유래하였고 젤룸강, 체나브강, 라비강, 베아스강, 수틀레지강, 다섯 강의 땅으로 알려진 매우 비옥한 땅이다.



파키스탄에서 인구가 가장 많은 주인 편자브는 페르시아어로 panj(다섯) – ab(물)에서 유래하였고 젤룸강, 체나브강, 라비강, 베아스강, 수틀레지강, 다섯 강의 땅으로 알려진 매우 비옥한 땅이다.

지리적으로 편자브는 대조의 땅이다. 인더스강과 그 지류의 비옥한 평야에서부터 콜리스탄 사막의 모래언덕까지, 히말라야 산맥을 푸른 소나무가 뒤덮은 아름다운 머리힐스에서 솔트레이인지의 놀라운 달풍경까지, 또한, 남서부에 있는 코에술레만산맥과 같은 서부 산악지역도 포함된다. 먼로요새 또한 남부 편자브 사람들에게 인기 있는 산간 피서지이다.





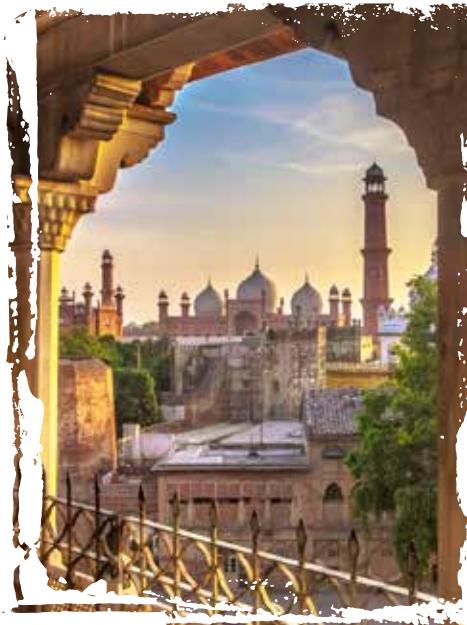
또한, 편자브주는 인도대륙의 타임캡슐이다. 편자브의 역사는 남아시아의 청동기 시대인 기원전 5500년경 인더스계곡의 문명까지 거슬러 올라간다. 이 지역은 그 이후로 다른 제국들에 의해 정복되고 통치되어서 여러시대, 지역, 문화, 통치제국의 문물들로 이루어져 있다. 또한, 이곳은 세계에서 가장 오래된 대학으로 여겨지는 탁실라가 있는 곳이기도 하다.



파키스탄 관광



펀자브는 다양한 종교 유적지와 고고학 유적지의 본거지이다. 구르드와라 다르바르 사히브 카르타르푸르는 세계에서 가장 큰 구르드와라(시크종교의 절)이기 때문에 시크교도들과 관광객들에게 가장 매력적인 장소이기도 하다. 구르드와라자남아스탄은 시크교의 창시자 구루나냑이 태어난 장소라고 믿기 때문에 또 다른 주목할 만한 장소이다. 이 지방은 수많은 무덤과 신전이 있는 곳이기도 하다. 그 중에서 가장 유명한 곳이 물탄에 있는 샤유수프가르데지신전이다. 따라서 이 지역의 역사, 문화의 다양성은 방대하다.



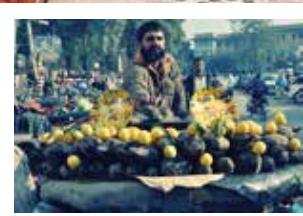
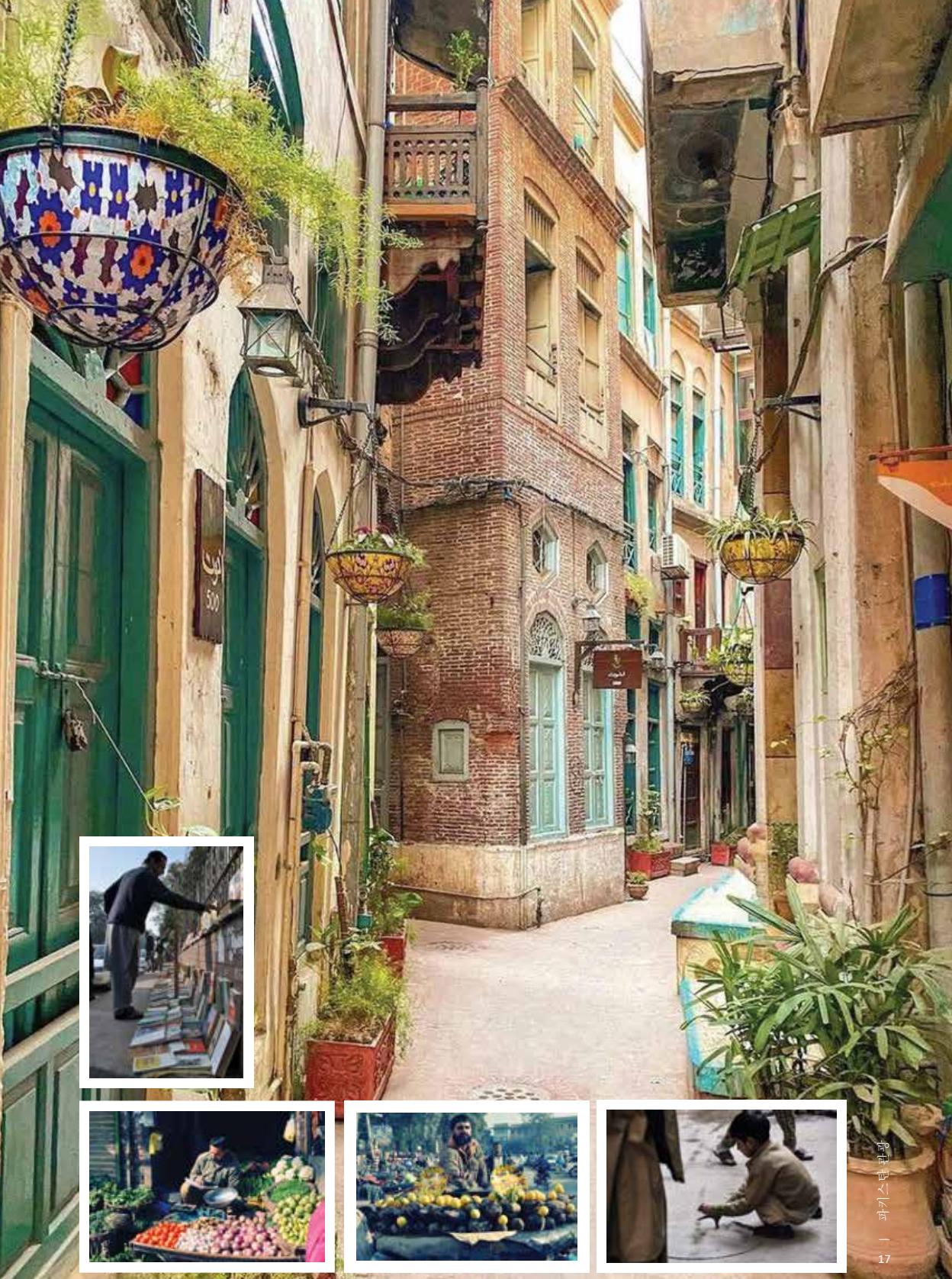


라호르는 이 주의 역사적인 수도이자 가장 큰 도시이다. 이 도시는  
파키스탄의 문화와 국제 경제의 중심이며 활기찬 분위기로 잘 알려져  
있고, 숲이 무성한 정원과 공원으로 인해 정원의 도시로도 알려져 있다.  
여기에는 아나르칼리바자르, 세시마할, 샬리마르바그,  
미나르파키스탄, 와지르칸모스크, 자한기르무덤, 라호르박물관,  
라호르법원빌딩, 국립대학교, 국립예술대학, 몬트고메리홀, 기차역,  
펀자브대학교, 도의회 등 유명한 장소들이 있다.



펀자브의 많은 보석 중 하나는 라호르 깊숙한 곳에 있다. 라호르에는 '성벽 도시' 또는 단순히 '옛 라호르'로 알려진 오래된 도시 지역이 있다. 이 지역은 중요하고 세계적으로 유명한 역사 유적지로 와지르칸모스크, 샤히 킬라(라호르 성), 샤히 함맘은 유네스코 세계 문화유산으로 등재되어 있다.

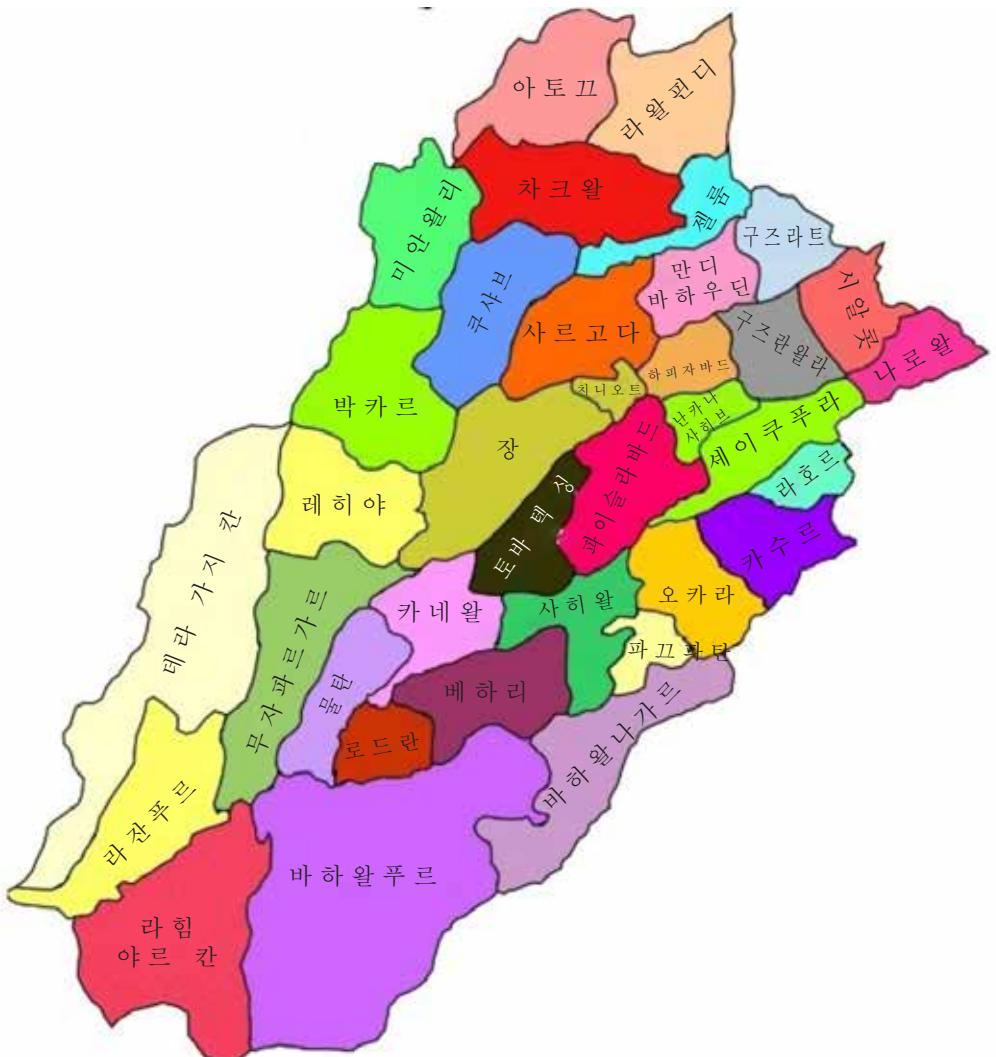
펀자브의 다른 주요 관광명소는 파트리아타 (뉴머리), 부르반, 어퍼 토파와 로어 토파(머리), 라자바자르, 사다르바자르라왈핀디, 후세인아가히바자르몰탄, 샤루크네알람신전, 샤샴스사브즈와리, 바하우딘자카리야와 포트코나카심몰탄등이 있고 탁실라의 다양한 유적지는 비르마운드 (탁실라에서 가장 오래된 도시), 다르마지카불교스투파와 수도원을 포함해 넓은 지역에 퍼져있다. 하라파는 인더스문명의 또 다른 핵심도시로 여겨진다. 난드나에 있는 포트 알베루니를 소금 산맥 동쪽 언덕의 훌륭한 학습 센터로 언급하기도 한다. 랄 소한라 국립공원, 우츠사리프, 브란치 케날 사막, 누르 마할, 다르바르마할, 굴자르 마할, 역사적인 다라와르 요새 바하왈푸르, 쿄라 소금광산, 고대힌두교 절 카타스라즈, 물탄에 있는 세이크루크네알람 무덤 그리고 남아시아 최대 수피 성지인 다타 다르바르등이 있다.



# 주요관광명소 편자브의

- |                         |                     |
|-------------------------|---------------------|
| 01- 고대절- 시알콧            | 34- 나말대학교- 미안왈리     |
| 02- 아토크 다리- 아토크         | 35- 나말호수- 미안왈리      |
| 03- 아토크 요새 - 아토크        | 36- 나와브칼라바그하우스      |
| 04- 바드샤히 모스크- 라호르       | 37- 널라샌드- 코틀리사티안    |
| 05- 범 만샤 -오카라           | 38- 누르마할- 바하왈푸르     |
| 06- 불레샤 신전-카수르          | 39- 올드포트- 물탄        |
| 07- 창가망가 숲- 카수르         | 40- 파트리아타체어리프트및케이블카 |
| 08- 콜리스탄 사막- 남편자브       | 41- 판즈나드- 남편자브      |
| 09- 채크왈 협곡- 채크왈         | 42- 판자사히브- 하산압달     |
| 10- 시계탑 - 물탄            | 43- 로타스포트- 젤룸       |
| 11- 시계탑 - 폐슬라바드         | 44- 사파리트레인- 머리      |
| 12- 다르바르마할-바하왈푸르        | 45- 사마디오프란짓싱- 라호르   |
| 13- 데라와르 포트- 데라와르       | 46- 살라마르 가든- 라호르    |
| 14- 포트머느로 철교-데라가지칸      | 47- 사디크가르마할- 바하왈푸르  |
| 15- 간다시그왈라국경-카수르        | 48- 샤루크네알람- 물탄      |
| 16- 우체국- 머리             | 49- 바바파리드간즈신전- 파크파탄 |
| 17- 굴자르마할- 바하왈푸르        | 50- 세르샤수리모스크- 베라    |
| 18- 구루드와라사차사우다- 파루카바드   | 51- 술탄바후신전- 장       |
| 19- 구루드와라짜끼사히브- 에미나바드   | 52- 스웨그호수- 차크왈      |
| 20- 구루드와라로리사히브- 에미나바드   | 53- 텍실라박물관- 텍실라     |
| 21- 구루드와라카르타르푸르사히브      | 54- 가지칸무덤- 데라가지칸    |
| 22- 구루드와라자남아스탄- 난카나사히브  | 55- 히어란자무덤- 장       |
| 23- 구루드와라구루람다스- 라호르     | 56- 텔라조기안- 젤룸       |
| 24- 구루드와라난카나사히브- 난카나사히브 | 57- 우츠샤리프- 바하왈푸르    |
| 25- 하라파유적- 사히왈          | 58- 우찰리호수- 쿠샤브      |
| 26- 히란미나르- 세이쿠푸라        | 59- 와가보더- 라호르       |
| 27- 칼라르카하르- 차크왈         |                     |
| 28- 칼라바그댐- 미안왈리         |                     |
| 29- 카타스라즈절- 차그왈         |                     |
| 30- 쿄라소금광산- 펁다단칸        |                     |
| 31- 라호르 포트- 라호르         |                     |
| 32- 랄수하느라공원- 바하왈푸르      |                     |
| 33- 미나레파키스탄- 라호르        |                     |

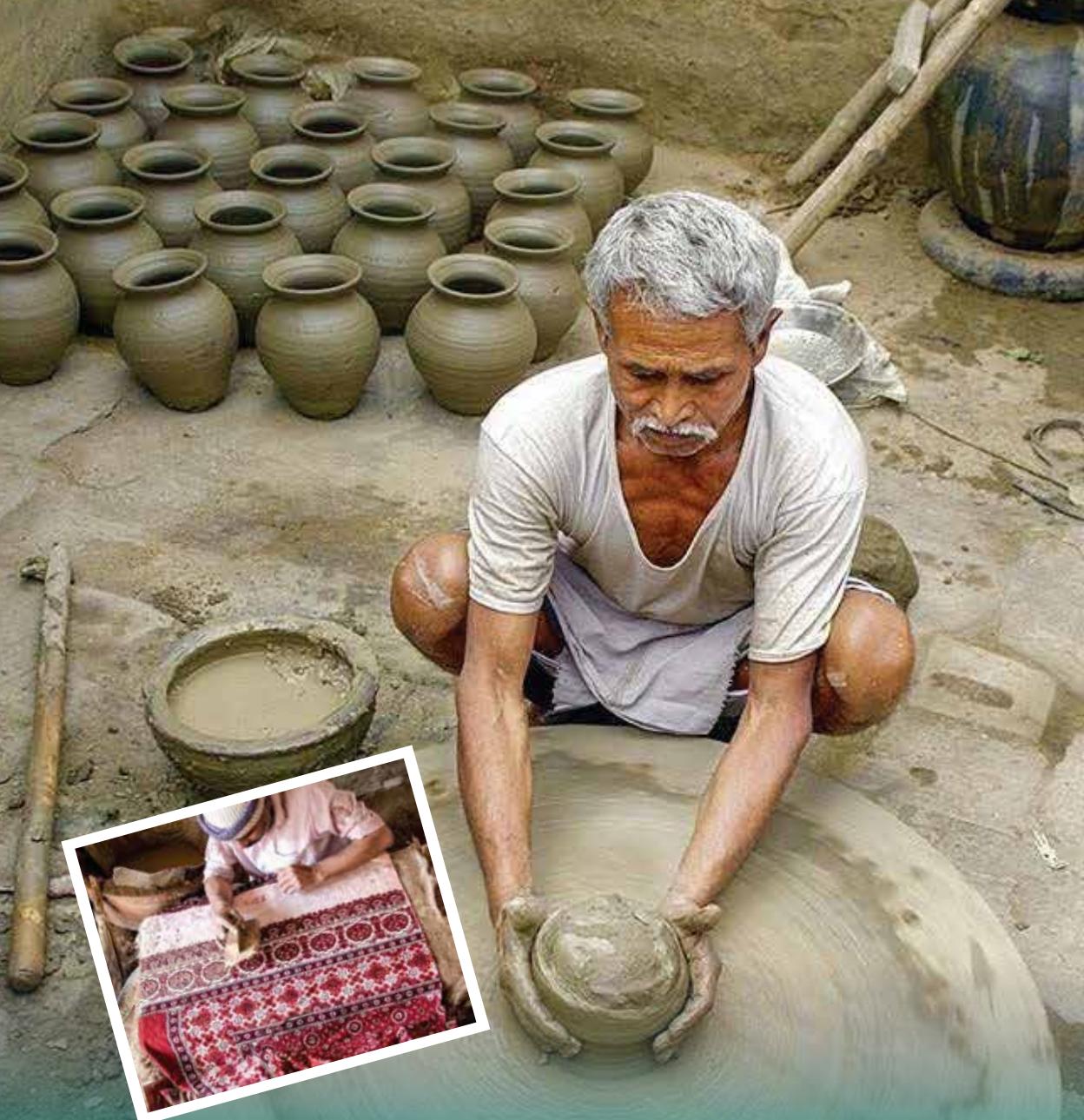
# 편자브주지도



# 신드주

문명의 요람지

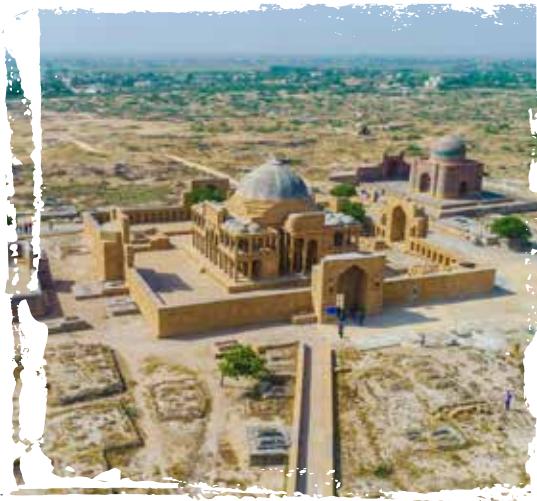




역사적으로 신드 사람들의 고향인 신드주는 파키스탄 남동쪽에 위치하고 있으며 발루치스탄, 편자브, 아라비아해 그리고 인도의 구자라트주와 라자스탄주에 접하고 있다. 파키스탄에서 두 번째로 인구가 많은 이 지역은 '이슬람의 관문'으로 번역되는 'Bab-ul-Islam'으로 알려져 있다. 이 이름은 이슬람교가 남아시아로 처음 이 지역에 전파 되었기 때문에 신드와 융합되었다. 그 결과 신드는 이슬람교도들과 힌두교들 모두에게 신드 정체성의 중요한 부분인 수피즘(수피교)의 영향을 많이 받은 독특한 문화로 알려지게 되었다.



신드 전 지역에는 수백만명의 신자들을 끌어 들이는 여러 중요하고 세계적으로 유명한 수피 신전이 있다. 그 중에는 압둘라 샤 가지, 수피 랄 샤바즈 칼란다르, 샤 압둘 라티프 비타이가 있다. 또한 신드주는 파akistan에서 힌두교 신자들이 가장 많이 거주하고 있으며 힌두교 절도 몇 개 있다. 시리 락시미 나라얀 만다르라는 힌두교 절은 약 200년전에 건설되었고 이



지역에 사는 힌두교 신자들에게 중요한 예배 장소이다. 다른 유명한 절들 중에는 시리 스와미 나라얀 만다르와 시리 와룬 데브 만다르라는 절은 힌두교 순례자와 관광객 모두를 끌어들여 이 지역의 종교적 다양성을 보여준다. 신드주는 세계에서 가장 오래된 문명 중 하나인 인더스 계곡 문명에서 유래된 고유한 문화와 전통을 가지고 있다.



라르카나 도시 근처에 있는 유네스코 세계 문화유산으로 등재된 모헨조다로 유적지는 가장 유명한 역사적인 관광 명소 중 하나이다. 또 다른 유명한 유네스코 세계문화유산으로 등재된 유적지인 막리 네크로폴리스는 지난 400년 동안 50만에서 100만 개의 무덤이 매장된 세계 최대의 장례지 중 하나로 알려져 있으며 이슬람 건축은 무굴제국의 왕 샤자한에 의해 건설된 탓타의 샤자한 모스크와 함께 이 지역에서 상당히 돋보인다.



# 卡拉奇

파키스탄의 다양성에 대한  
대화는 파키스탄 예전  
수도이자 현재 신드주의

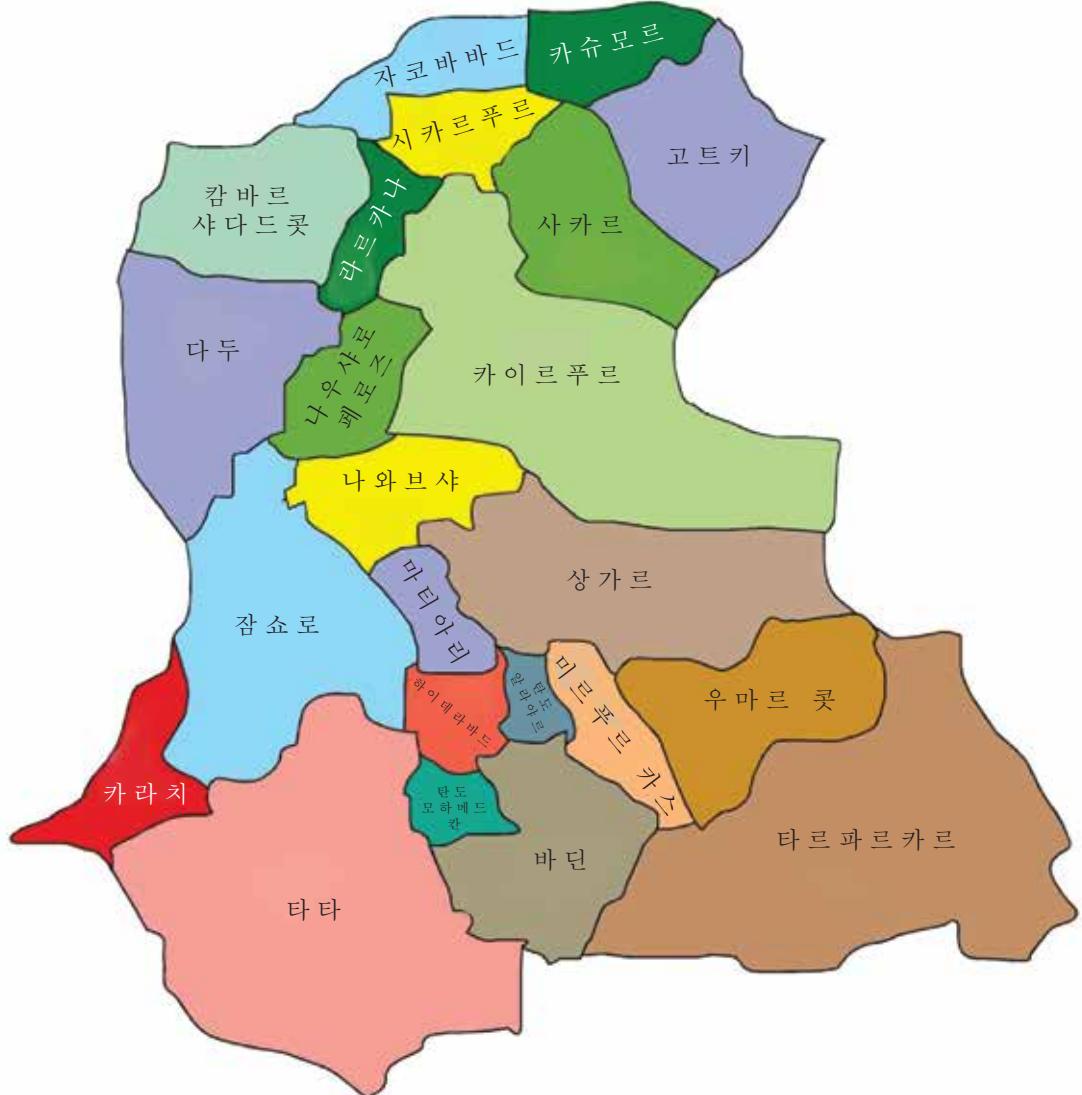
수도인 카라치에 대한 언급 없이는 불완전하다. 카라치는 파키스탄에서 가장 인구가 많고 현대적인 도시이며, 인구의 대부분은 1947년 이후 인도에서 파키스탄으로 이주한 사람들의 후손들이다. '빛의 도시'로 알려진 카라치는 파키스탄의 국제적인 중심지이다. 이 도시는 그 자신의 독특한 스타일대로 숨쉬고 살아가고 있는 도시이다. 유명한 90km 해안선의 가장자리에서 번성한 이 항구는 국내에서 가장 크고 분주한 항구로 운영되고 있다. 해안선은 아름다운 공공해변과 개인 해변, 신선한 해산물과 해안 고속도로 드라이브로 유명하다. 모하타 궁전 박물관은 인도 사라센 건축에 사람을 몰입 할 수 있는 기회를 제공하며 프레레 홀에서는 지역의 역사, 문화, 전통을 보여주는 여러 축제와 전시회가 열린다. 파키스탄 건국자인 모하메드 알리 지나의 아름다운 영묘는 가장 유명한 관광지이다. 카라치는 쇼핑을 위한 좋은 장소이며 많은 쇼핑몰과 다채로운 시장들은 쇼핑을 사랑하는 사람들에게 좋은 기회를 제공하기도 한다. 카라치는 거의 일년 내내 열대 및 온난한 기후를 가지고 있는 도시이며 파키스탄 여행은 빠른 속도와 활기를 되찾게 하는 분위기를 경험하지 않고는 끝나지 않는다.



# 신드주의 주요 관광명소

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 1- 불교스투파 톨미르루칸    | 20- 콰이드 아줌 하우스 박물관 |
| 2- 디지지타크리         | 21- 라니콧 요새         |
| 3- 페이즈마할          | 22- 사드벨로(인더스섬)     |
| 4- 코트디지 요새        | 23- 세흐완 요새         |
| 5- 프레레홀           | 24- 라키샤사다르 묘       |
| 6- 가지샤 마운드        | 25- 랄샤바즈칼란다르 묘     |
| 7- 고리 사원          | 26- 신드지방 박물관       |
| 8- 역사탑 파카요새       | 27- 스퀘어타워 라르카나     |
| 9- 힌고라니 마리윤       | 28- 순다 묘지          |
| 10- 자미아 마스지드 쿠다바드 | 29- 타르 사막          |
| 11- 자이나교 사원 비르와   | 30- 미안누르모하메드칼호로 묘  |
| 12- 카룬자르 산맥       | 31- 콰이드에아잠 묘       |
| 13- 키르타르 산맥       | 32- 우마르콧 요새- 우마르콧  |
| 14- 마클리 묘지        | 33- 와지르맨션 박물관      |
| 15- 만차르 호수        |                    |
| 16- 모헨조다로         |                    |
| 17- 모하타 궁전        |                    |
| 18- 파키스탄 국립박물관    |                    |
| 19- 나우콧 요새        |                    |

# 신드주지도



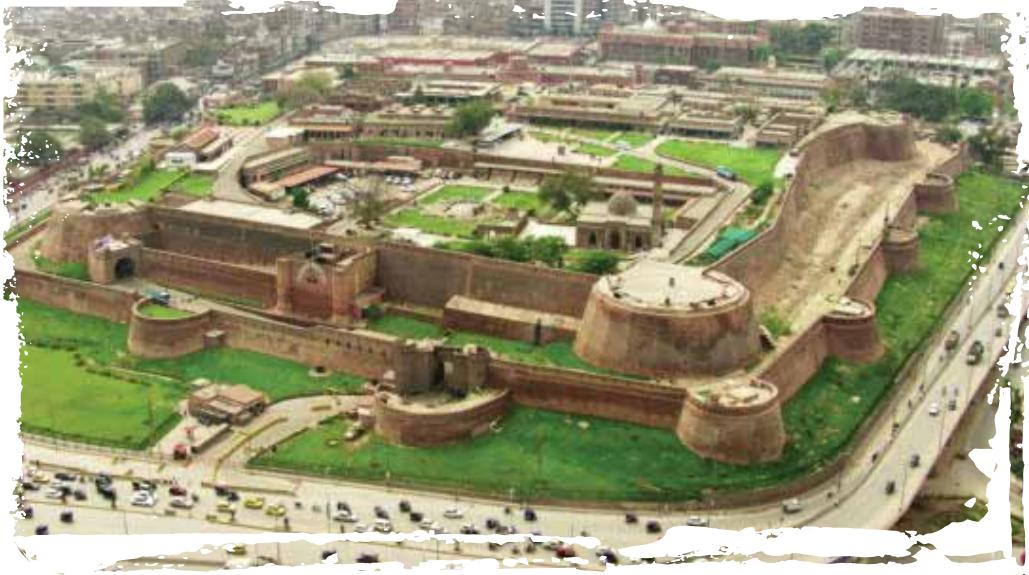
# 퀘이버파크툰화주

매혹적인 퀘이버파크툰화





퀘이버파크툰화 (옛 북서부 국경지대 주, NWFP)는 아프카니스탄과 110km의 국경을 접하고 있으며, 인구와 경제로는 파키스탄에서 세 번째로 큰 주로 페샤와르가 주도이며 주의 중심심부는 비옥한 페샤와르 계곡으로 카불강과 스와트강의 수로이다. 서기 1세기에서 5세기 사이 절정에 달했던 간다라 문명의 핵심 지역 중 하나가 현대 KP 지역이었고, 페샤와르에는 역사 및 고고학 유적지가 풍부하다.



파키스탄과 아프가니스탄을 연결하는 카이버 고개는 아마도 이 지역에서 가장 잘 알려진 특징을 갖고 있지만 선사시대에는 거의 사용되지 않았고 수세기 후에도 너무 좁고 쉽게 매복되는 경로로 간주되었다. 서기 1세기 쿠샨 세력이 간다라를 침공해 이 지역을 평정하면서 카불에서 페샤와르로 가는 가장

무역로로 인기를 끌게 되었다. 페샤와르는 케이버파크툰화와 주의 수도로 인도대륙과 중앙아시아가 만나는 국경 도시이다. 이 곳은 아시아에서 가장 오래된 살아있는 도시중 하나로 고대 전통과 오늘날의 전통이 충동하는 곳이고, 지난 백년 동안 이 지역의 시장들은 거의 변하지 않은 곳이다. 이슬람 대학, 페샤와르 박물관,



발라히사르 요새, 고르 카트리, 세티하우스, 커닝햄 시계탑, 카이버 바자르, 영국군 주둔지, 마하바트칸 모스크, 나와브사이드칸과 코틀라모신칸의 묘는 페샤와르의 역사와 고고학 유적지로 알려져 있으며,

전설적이고 세계에서 가장 유명한 고개인 카이버 고개는 퀘이버파크툰화 입구를 지키고 있다. 이 관문처럼 세계에서 다른 어떤 고개도 이러한 전략적인 중요성과 역사적 연관성 및 매력을 갖고 있지 않다. 슬레이트와 암석으로 이루어진 험준한 이 지대에서 영국과 러시아간에 **19**세기 제국 정복의 '그레이트게임'의 실제 전략들이 실행되었다. 이 전설적인 길에는 '모든 바위와 모든 언덕'이라는 이야기가 있다. 폐사와르 고대 바자르에서 차를 한모금 하는 것이 독특한 경험이다.





유네스코 세계 유산목록에 등재된 타흐트이바이의 유적은 1세기로 거슬러 올라가는 고대 불교 수도원의 유적이다.

수수께끼 같은 칼라쉬부족은 파키스탄의 가장 멀리 떨어진 지역의 이교도 부족중 마지막 산악지역 거주민이다. 산두르 폴로 경기장은 지구상의 가장 높은 폴로 경기장으로 산정상의 폴로를 할 수 있게 한다.





주의 남부지역에는 가장 오래된 도시인 데라 이스마일칸이 위치하고 있으며 편자브와 발루치스탄에서 지방으로 들어가는 입구로 알려져있고, 이 도시는 카피르 코트에 있는 힌두 유적지로 유명하며, 숙련된 예술가들의 손으로 만들어진 정교한 현지 수공예품을 제공하고, 풍경은 크게 호평을 받고 있다. 지형은 산맥, 기복이 심한 저산대 및 언덕으로 둘러싸여 있는 평야로 이루어져 있다. 일반적으로 북쪽에는 산맥이 북남으로 뻗어져 있으며 티리치미르는 25,230 피트(7,890미터) 높이로 힌두쿠시 산맥에서 가장 높은 산이다.



남쪽으로는 기복이 심한 판코라, 스와트, 간디아강이 있다. 스와트에는 여러 유명한 관광명소로 예를 들어 말람자바 리조트, 마호단드 호수, 군돌 호수, 화이트 펠리스, 스와트 박물관, 우트로르, 달랄 호수, 싱가르다르 스투파,



암루크다라 스투파, 메흐무드 가즈나비 모스크, 마디안 다리, 라자게라 요새 등이 있고, 로와리 고개 산기슭에 위치하며 스와트 계곡과 인접해 있는 디르는 쿰랏 계곡, 판즈코라 강, 카토라 호수, 자하즈 반다, 바드고이와 같은 수 많은 관광명소로 가득차 있는 또 다른 목적지이다.





# 퀘이버파크툰화주의 주요 관광명소

## 페샤와르

1. 벌라히사르 요새
- 2- 이슬람 칼리지
- 3- 페샤와르 박물관
- 4- 고르카트리
- 5- 세티 하우스
- 6- 커닝햄 시계탑
- 7- 카이버 바자르
- 8- 영국 칸톤먼트(영국군 주둔지)
- 9- 마하바트칸 모스크
- 10- 나와브사이드 묘
- 11- 코틀라 몬신 칸
- 12- 키사콰니 바자르

## 카이버 (새로 병합된 지구)

1. 바베 카이버
- 2- 잠로드 요새
- 3- 카이버 패스
- 4- 알리 마스지드
- 5- 카이버 라이플 매스  
(총기 난사 사건)

## 스와트계곡

1. 가빈자바
- 2- 말람자바 스키리조트
- 3- 바레인
- 4- 만키알
- 5- 칼람
- 6- 마호단드 호수
- 7- 군돌 호수
- 8- 화이트 펠리스
- 9- 스와트 박물관
- 10- 우트로르, 다랄 호수
- 11- 신가르다르 스투파
- 12- 암루크다라 스투파
- 13- 메흐무드가즈나비 마스지드
- 14- 마디안 브리지
- 15- 라자게라 포트
- 16- 추케일반다
- 17- 마스티즈 호수

## 아빠르 디르(윗디르)

1. 쿰랏 벨리(쿰랏계곡)
- 2- 판즈코라 강
- 3- 탈 마스지드
- 4- 카토라 호수
- 5- 자하즈 반다
- 6- 바드고이 패스
- 7- 로와를 패스(로와를 고개)

## 치트랄 벨리

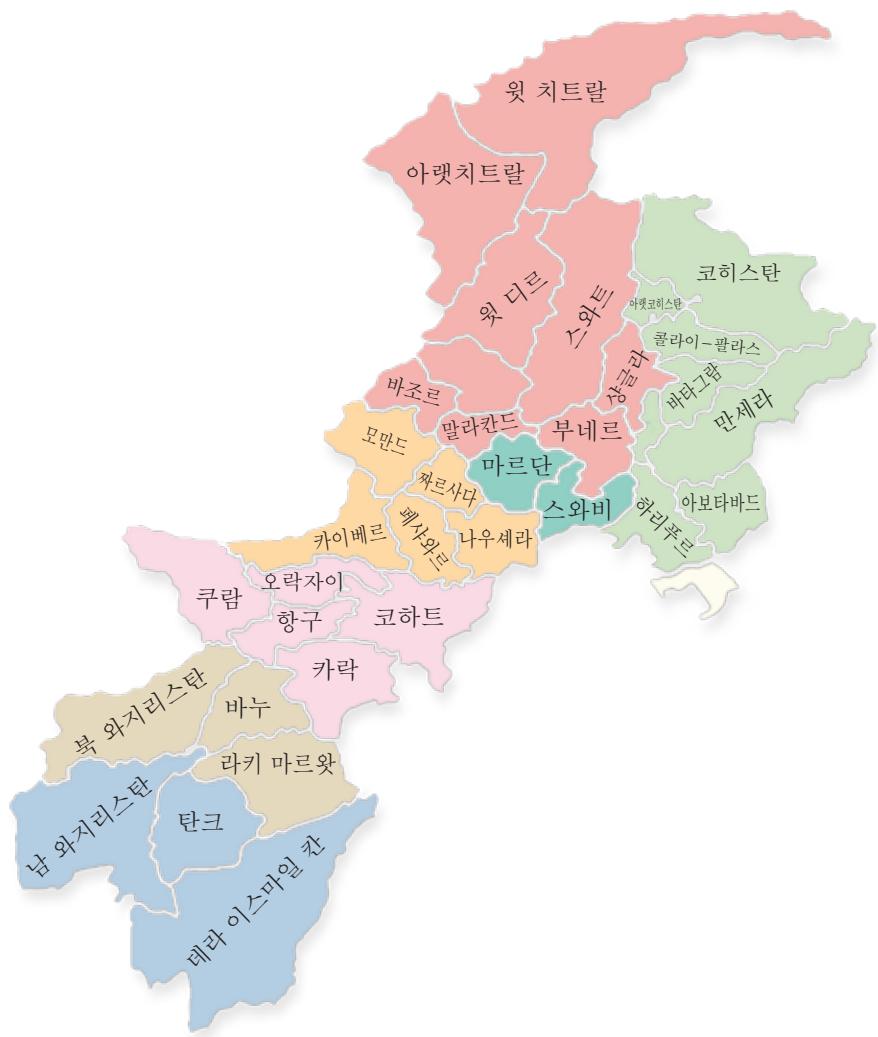
1. 칼라쉬 벨리(칼라쉬계곡)
- 2- 칼라쉬 박물관
- 3- 치트랄골 국립공원
- 4- 마다클라슈트
- 5- 글랜골
- 6- 트리치미르 봉우리
- 7- 카클라쉬트 목초지
- 8- 브로그힐 벨리(브로그힐 계곡)
- 9- 카람바르 호수
- 10- 샷두르 폴로 경기장
- 11- 샷두르 호수
- 12- 스노가르 벨리(스노가르 계곡)
- 13- 가람치 쉬마(온천)

## 카간벨리 (카간계곡)

1. 탄디아니
- 2- 쇼그란
- 3- 샤란
- 4- 사이프울말룩 호수
- 5- 안수 레이크(안수 호수)
- 6- 바타쿤디
- 7- 잘카드
- 8- 바부사르
- 9- 두디파차르 레이크(두디파차르 호수)
- 10- 다나메더 오즈(다나목 초지)

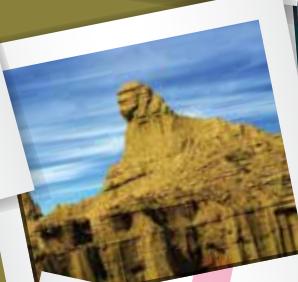


# 퀘이버파크툰화주 지도



# 발루치스탄주

아름다움의 땅





파키스탄 남서부에는 347,000 평방 킬로미터가 넘는 넓게 펼쳐진 지역이 있다. 인구 밀도가 낮고 풍부한 광물자원과 파키스탄에서 가장 독특한 풍경을 가진 이 지역은 발견되지 않은 많은 신비를 밝히라고 국내외 사람들을 불러들이고 있는 이 곳이 바로발루치스탄 주이다.

파키스탄에서 가장 큰 지방의 이름은 문자 그대로 "발루치족의 땅"을 의미하며 자랑스러운 발루치족, 파슈툰족 그리고 하자라족의 고향이다. 술래만 산맥의 조브에서 과다르의 해변까지 이 땅에 연결된 원주민들이 여러 번의 정복과 맹습을 견뎌냈기 때문에 발루치족 및 파슈툰족의 토착 문화와 풍습을 외부의 영향으로부터 보존 할 수 있었다. 북쪽에는 파크툰화주에 인접하고 있는 자랑스러운 파슈툰 지역이 있다.

많은 경이로움들이 이 땅 깊숙한 곳에 놓여있다. 이 지역에서는 옛날에 푸른 들판을 돌아다녔던 세계에서 가장 큰 육상포유류 발루치테리움 또는 '발루치스탄의 야수'의 해골이 발견되었다. 화석 뿐만 아니라 구리, 크롬철광(코로마이트), 철과 같은 풍부한 광물과 보석들이 매장되어 있다. 발루치스탄은 기원전



7,000년전 세계에서 두 번째로 오래된 문명인 '메르가르'의 자랑스러운 땅이며 인더스계곡 문명의 기초로 널리 알려져 있다. 근처에는 한때 이란 남부와 동부에서 상인들의 사용하던 인도대륙의 관문이었던 볼란 고개가 있다. 이런 유적지들은 이 지역 역사의 살아 있는 증거이다.

볼란 고개 입구에 위치한 힙글라지 템플 퀘타는 주도이자 가장 큰 도시이다. 이 곳의 북부 지방에서는 열기와 불모지의 뚜렷한 차이를 볼 수 있다. 축복받아 향나무로 뒤덮여 있는 지아라트와 같은 아름다운 한적한 도시가 있다. 향나무 숲은 세계에서 가장 오래된 곳으로 알려져 있다.



발루치스탄에는 대부분 수니파 이슬람 교도들이지만 하자라족과 지크리족, 소수의 힌두교도들이 있으며, 매년 파키스탄에서 가장 큰 힌두교 순례지인 헉글라지 야트라에 모인다. 헉골 국립공원 협곡에 자리잡은 헉글라즈사원은 매년 봄에 거의 25만명의 힌두교 성지 순례자들을 모신다.





발루치스탄 해안에는 수많은 자연 경관이 있으며, 750km의 자연 경관에는 깨끗한 해변, 모래 언덕, 바위 웅덩이, 폭포, 대추야자 숲, 진흙 화산 그리고 훼손되지 않는 수많은 관광지들을 포함하고 있다. 마크란 해안 고속도로는 투자자 및 관광객 모두에게 이 해안을 개방하고 있다. 헹골 국립공원 근처 아리비아해에서 수년 동안 불어오는 바닷 바람으로 만들어진 멋진 암석들을 포함하여 파키스탄의 천연 진흙 '스핑크스'와 할리우드의 유명한 여배우 안젤리나졸리가 지어준 '희망의 공주'라고 부르는 거대하고 우아한 조각물이 있다. 또한 쿤드말리르, 스팱, 다란, 그 밖의 숨겨진 곳, 훼손되지 않은 깨끗한 해변이 따르고 있다. 발루치스탄의 보석인 과다르는 아라비아해로 돌출된 귀상어이다.





이 지역의 또 다른 완벽한 보석은 해안에서 몇 시간 떨어져 있는 파키스탄의 첫 해양 보호구역인 아스톨아섬으로 아름다운 해변에 둑지를 틀고 있는 멸종 위기에 처한 녹색 거북이를 포함하여 여러 아름다운 해변종의 서식지이다.

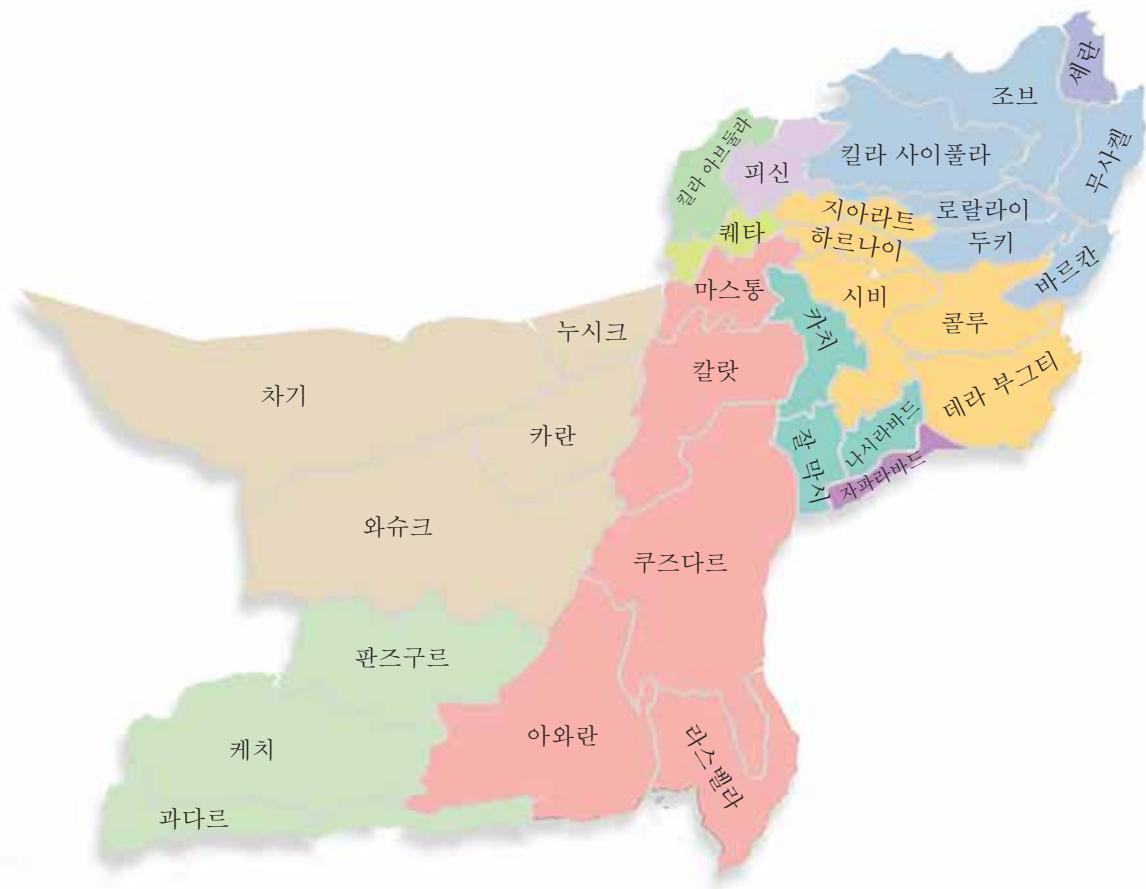
도중에 청록색 바다를 가로질러 수영하는 돌고래떼를 볼 수 있다. 면적으로 가장 큰 주인 발루치스탄에는 다음과 같은 크고 다양한 주요 관광명소들 예를들어 피르가이브폭포, 메하르가르 근처 볼란 고개에 있는 고고학 유적지 쿠즈다르 마을, 물라에 있는 물라치톡, 북쪽에 퀘터 근처 지아라트에 있는 콰이드아즘 레지던시, 퀘타에 있는 한나 호수, 항골국립공원, 쿤드 말리르 해변, 피르차탈누라니간다와, 잘마그시, 아스톨라 섬, 파다르 /파스니, 잘마그시, 카란사막, 신설된 과다르 크리켓 경기장 등이 있다.

해안 인근에 곤드라니의 벨라 고대 동굴이 있는데 지역 전통에 따르면 이 동굴의 역사는 불교시대 또는 솔로몬 시대까지 거슬러 올라간다. 유명한 시비 축제부터 사지고기와 바위 빵의 맛까지 발루치스탄은 관광객들을 매료시키는 힘이 있는 주이다.

# 발루치스탄주의 주요 관광지

- |                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| 1- 아스톨라 섬             | 20- 오르마라         |
| 2- 초톡 폭포              | 21- 헹글라지마타만디르    |
| 3- 과다르/파스니            | 22- 칠탄하자르간지 국립공원 |
| 4- 과다르 크리켓 경기장        | 23- 메하르가르        |
| 5- 헹골 국립공원            | 24- 시비           |
| 6- 쿤드말리르 해변           | 25- 판즈구르         |
| 7- 쿠즈다르               |                  |
| 8- 마그시                |                  |
| 9- 물라초톡               |                  |
| 10- 피르차탈누라니간다와        |                  |
| 11- 피르가이브 폭포          |                  |
| 12- 콰이드 아줌 레지던시, 지아라트 |                  |
| 13- 볼란 고개             |                  |
| 14- 희망의 공주            |                  |
| 15- 카란 사막             |                  |
| 16- 한나 호수             |                  |
| 17- 볼란 계곡             |                  |
| 18- 퀘타                |                  |
| 19- 지와니               |                  |

# 발루치스탄 지도



# 산의 소리 아자드 잠무 카슈미르





AJK로 약칭된 아자드 잠무 카슈미르는 남쪽에 편자브주, 서쪽에 퀘이버파크툰화주와 접하고 있으며 매력적이고 아름다운 지역이다.

**13,297** 평방 킬로미터의 면적에 걸쳐 있는 자치 관할 구역이며, 카슈미르의 파키스탄 관리 구역으로, 인도령 잠무 카슈미르 서쪽에 위치해 있다.

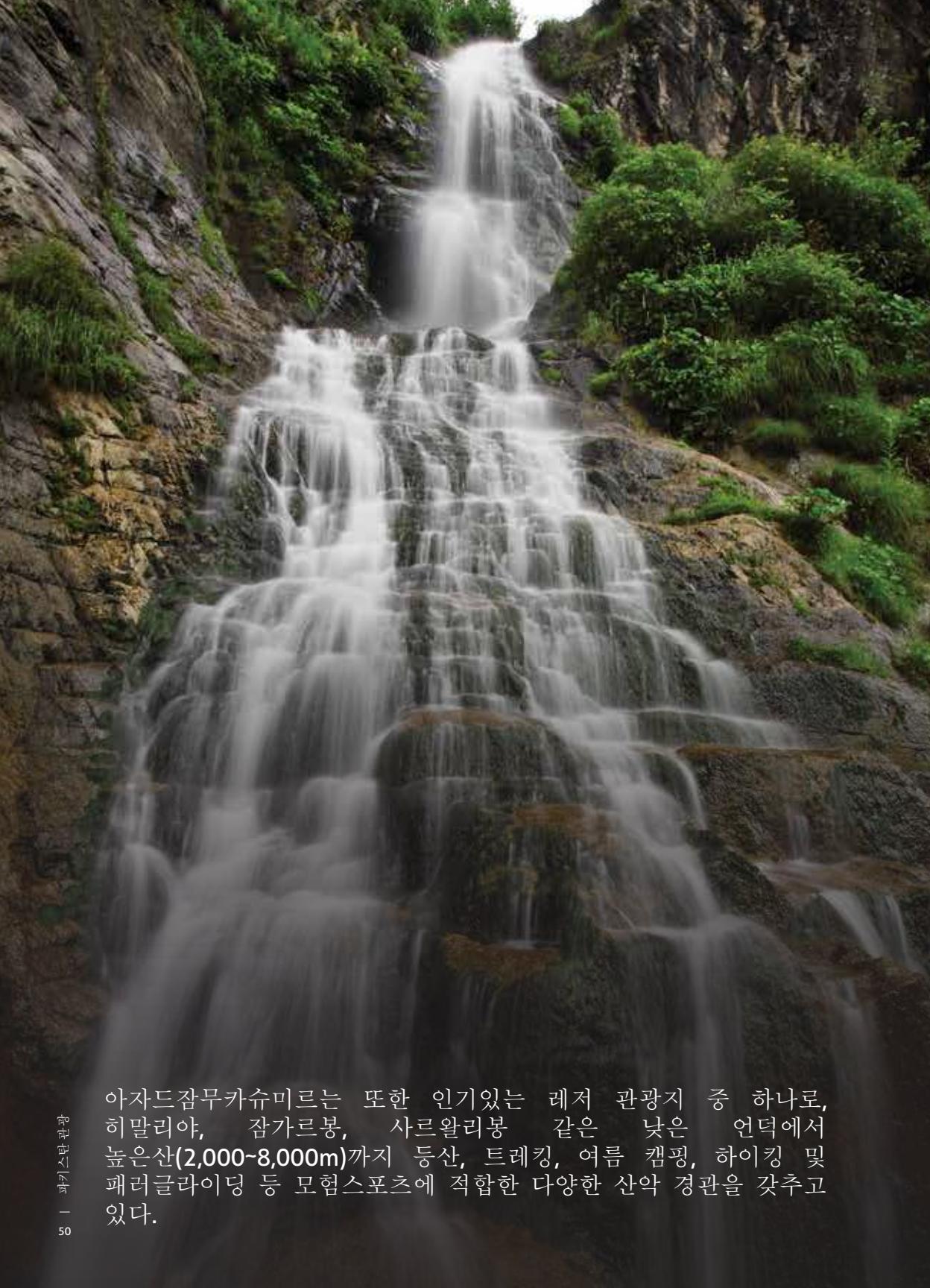


현대적이고, 광물이 풍부하고,  
녹색이 우거진 도시인 아자드 잠무  
카슈미르는 젤룸강과 닐룸강의  
합류하는 산맥사이에 위치하고  
있으며, 피르치나시, 붉은 포트,  
코할라 다리 등 유명한  
관광명소와도 가깝다.  
아자드잠무카슈미르는 라티갈리,  
샤운터 치타카타와 같은  
아름다운호수, 인기있는 레저와  
관광지로 유명한 곳이다.



또한 아자드잠무카슈미르는 계곡, 고원, 숲, 개울, 눈덮인 봉우리, 및 푸르른 산맥으로 유명하다. '지상의 낙원'이라고 불리는 이곳은 가장 인기 있는 레저 관광지이고, 하리 파르밧와 툴리 피어는 이곳의 뛰어난 산봉우리 중 하나이다.





아자드잠무카슈미르는 또한 인기있는 레저 관광지 중 하나로, 히말리야, 잠가르봉, 사르왈리봉 같은 낮은 언덕에서 높은산(2,000~8,000m)까지 등산, 트레킹, 여름 캠핑, 하이킹 및 패러글라이딩 등 모험스포츠에 적합한 다양한 산악 경관을 갖추고 있다.



# 아자드잠무카슈미르의 주요 관광 명소

1- 반조사

2- 차타르, 무자파르아바드

3- 조그란눌라, 널룸 계곡

4- 켈, 널룸계곡

5- 카리감

6- 커튼

7- 리파 계곡

8- 미르푸르 망글라 포트

9- 널룸 계곡

10- 나콧, 리파계곡

11- 옛 힌두 사원, 샤르다

12- 팔란드리

13- 라티갈리 호수

14- 순터 계곡

15- 센사 계곡, 코틀리지구

16- 타부트, 널룸 계곡

17- 아랑켈

18- 톨리피르

19 – 치타카타 호수

20- 바쁨 계곡

21- 수단갈리

22- 강가초티

23- 바그

24- 라스다나

25- 타틀라파니

26- 코틀리

27- 미르푸르

28- 피르차나시

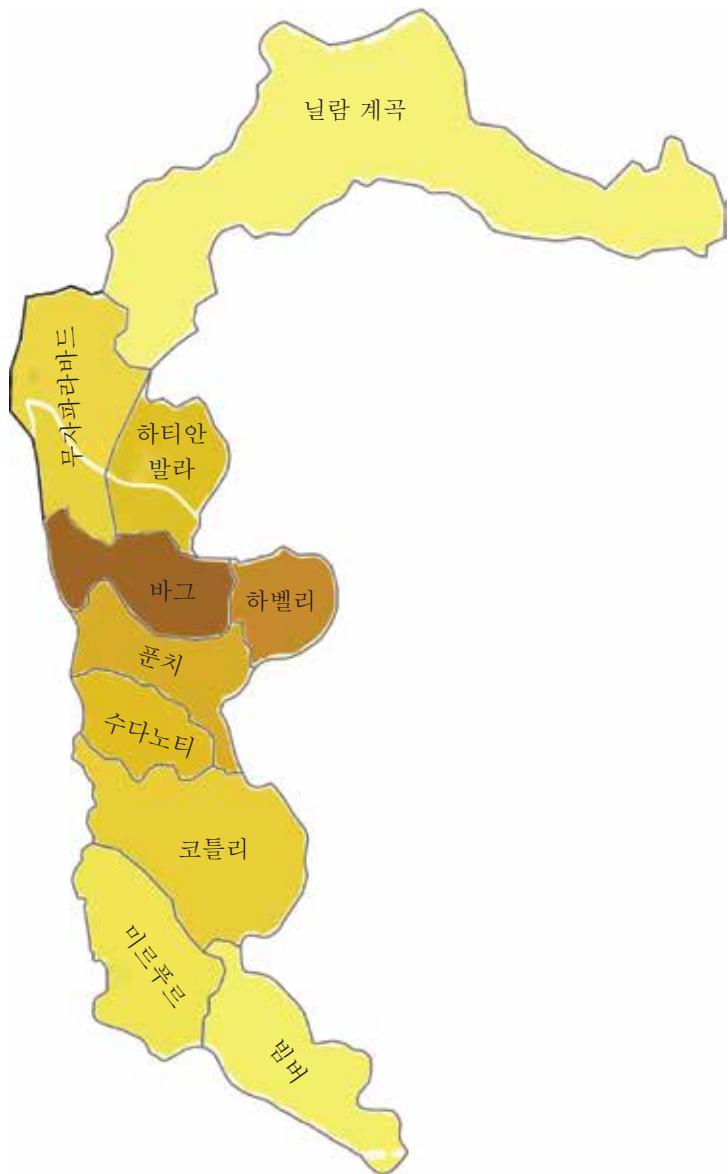
29- 망글라 호수

30- 사우라히

31- 람코트포트

32- 바그사르포트

# 아자드잠무카슈미르지도



# 북파키스탄 길기트 발티스탄

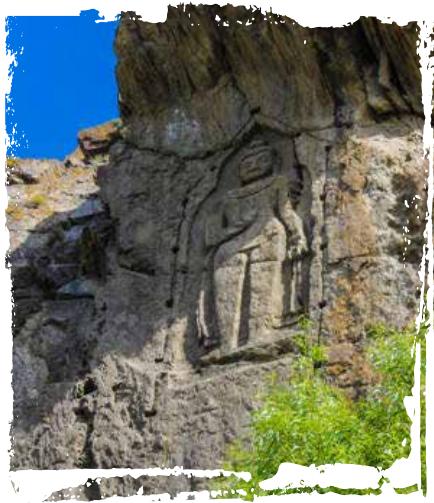
파키스탄의 보석





파키스탄 특히, 최북단 길기트 밸티스탄지역은 산악인들에게 “세계 최고의 비밀”로 오랫동안 알려져 왔다. 이 고도의 산악지역은 세계에서 두 번째로 높은 K2를 포함하며 세계에서 가장 긴 빙하들 중 일부와 가장 높은 봉우리들을 보유하고 있다.

1970년대부터 카라코람 고속도로는 이 지역에 또 다른 경이로움과 새로운 활력을 불어 넣었다. 그 자체로 모험인 인상적인 고속도로를 따라 편자브 평원에서 시작하여 퀘이버파크툰화를 건너 인더스강을 따라 북쪽 국경을 지나 중국 그 너머까지 이르는



여행을 떠난다. 보편적인 중요성을 지닌 유산이 점재하고 유네스코 세계 문화 유산 잠정 목록에 포함된 길기트-발티스탄 계곡은 과거 통치자의 웅장함을 보존하여 보여주고 한때 이 땅을 지배했던 전통과 문화를 상기시켜 주는 장소들이 있다.

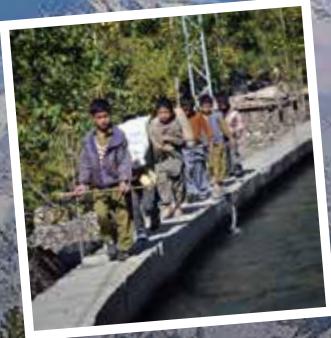






야심 있는 등반가들 매년 세계의 8000미터 높은 봉우리 14개 중이 곳에 있는 5개의 정상을 등반하려 한다. '거인의 땅'인 테오사이는 지구의 두 번째로 높은 고원으로 캠핑객의 꿈에서 바로 뽑아낸 초현실적인 광경이다. 그 곳의 쉐오사르 호수는 매혹적인 많은 호수 중 하나이며 스카르두에 있는 상하부 카추라 호수, 기자르에 있는 칼티 호수, 그리고 어퍼 훈자에 있는 청록색으로 유명한 아타바드 호수와 함께 최근 파괴적인 산사태의 여파이다.





길기트발티스탄의 명소는 단지 경치가 좋은 곳에만 있는 것이 아니다. 길기트발티스탄의 인기있는 전통에는 “게임의 왕”이 있는데, 산두르에서 해마다 열리는 자유형 산악 폴로경기로 길기트발티스탄 팀이 전통적인 스포츠숙적 치트랄 팀과 경쟁한다.

여러 민족, 종파, 언어의 고향인 길기트발티스탄은 각 공동체가 가장 오랫동안 고유한 전통을 그대로 유지해 온 다양한 지역 중 하나이다. 문해율이 **%72**인 길기트발티스탄의 인구는 교육 수준도 아주 높다. 여성들은 자수, 카펫 짜기, 공예, 농업에 참여하고 소기업을 운영하고 있다. 자연 염색을 이용한 공예품, 양모, 보석을 이용한 은반지와 같은 공예품들은 관광객들에게 아름답고 값진 현지 기념품을 집으로 가져갈 수 있는 충분한 기회를 제공한다.

현지의 음악 소리와 함께 저녁이 되면 관광객들은 고기를 가득 채운 빵인 나가르의 명물인 찹쇼로, 전 지역에서 인기있는 현지 국수 도도, 살구 기름에 구운 메밀 팬케이크를 맛볼 수 있다. 이 땅의 풍부한 맛의 음식은 단순히 소비하는 음식이 아니라 영혼을 위해 제공 되는 음식이기도 하다.

# 길기트발티스탄 주요 관광 명소

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| 1. 안드라포예가, 훈자      | 24. 람사 암석화, 시가르      |
| 2- 바쇼 쿤, 스카르두      | 25- 무시브룸 계곡, 간체      |
| 3- 바그로트 계곡, 길기트    | 26- 몬토카하 폭포, 카르망     |
| 4- 빌라믹, 스카르두       | 27- 만탈 불상, 스카르두      |
| 5- 치트롱 온천, 시가르     | 28- 마모바르, 나가르        |
| 6- 돈사 벨리, 스카르두     | 29- 파리싱, 스토크         |
| 7- 더사이 국립공원        | 30- 팬더밸리, 기자르        |
| 8- 데를레 레이크, 아스토르   | 31- 폴로드, 길기트         |
| 9- 덴터바르 계곡, 나가르    | 32- 파수코엔스, 훈자        |
| 10- 굴킨 빌리지, 훈자     | 33- 라카포시 베이스 캠프, 나가르 |
| 11- 허시 벨리, 간체      | 34- 라마 목초지, 아스토르     |
| 12- 호페 벨리, 나가르     | 35- 시오사르 호수          |
| 13- 후사니 현수교, 훈자    | 36- 심샬 계곡, 훈자        |
| 14- 이스코만 계곡, 기자르   | 37- 셀링간체             |
| 15- 자바조 호수, 시가르    | 38- 타리싱, 아스토르        |
| 16- 주티알 날라, 길기트    | 39- 트윈 브릿지, 길깃       |
| 17- 카람베르 호수, 기자르   | 40- 울타르 목초지, 훈자      |
| 18- 쿠쿠시 호수, 기자르    | 41- 윗카추라, 스카르두       |
| 19- 가모시 압사르 카하르망   | 42- 센트럴 카라코람 국립공원    |
| 20- 칼티 호수, 기자르     | 43- 낭가파르밧 국립공원       |
| 21- 칸판나 사막, 스카르두   | 44- 쿤즈랍 국립공원         |
| 22- 카르가하 봇다, 길기트   |                      |
| 23- 카찰리 호수, 미나핀나가르 |                      |

# 길기트발티스탄지도



# 감동

## 제작:



파키스탄관광개발공사  
이슬라마바드  
[www.tourism.gov.pk](http://www.tourism.gov.pk)  
[www.salampakistan.gov.pk](http://www.salampakistan.gov.pk)

## 특별한 감사



편자브관광개발공사  
[www.tdcp.gop.pk](http://www.tdcp.gop.pk)



신드관광개발공사  
[www.stdc.gos.pk](http://www.stdc.gos.pk)



케이버파크툰화 문화 관광국  
[www.kptourism.com](http://www.kptourism.com)



발루치스탄 문화 관광 및 기록보관소  
[www.balochistan.gov.pk](http://www.balochistan.gov.pk)



길기트발티스탄관광, 스포츠, 문화, 고고학및박물관부  
[www.visitgilgitbaltistan.gov.pk](http://www.visitgilgitbaltistan.gov.pk)



아자드 잠무카슈미르 관광 고고학부  
[www.ajktourism.gov.pk](http://www.ajktourism.gov.pk)



고고학 및 박물관국  
케이버파크툰화 정부



아쌈 아티스트 (SMC) 개인 유한회사 (지도 및 디자인)  
[www.assamartist.com](http://www.assamartist.com)



한국어 번역: 애흐뜨샴 후세인: 교원 한국언어 및 문화학과  
파키스탄 국립외국어 대학교 (이슬라마바드)

## 사진가

아삼알타프 - Pg. 3,4,5,6, 17, 57, 59

페잔바티 - Pg.17 (Surjan Singh Street)

루크마틴 - Pg. 12 (c)

모이즈 - Pg. - 16

우베드차울라 - Pg. 24

타하 - Pg. 28

M.H투리

막수드 - Pg. 46 (라티갈리)

AFP - Pg. 34 (b)

이주학 - Pg.54

모하메드우스만 - Pg. 09

## 유용한 전화번호

- 관광 개발 공사 편자브
- 신드 관광개발공사
- 케이버파크툰화문화, 관광및청소년부
- 발루치스탄문화, 관광및기록보관서
- 길기트발티스탄관광, 스포츠, 문화, 고고학및박물관부
- 아자드잠무카슈미르관광및고고학부

+92 (42) 111-111-042

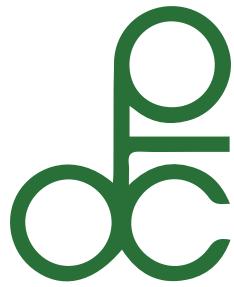
+92 (21) 99332658-9

+92 (91) 9211091

+92 (81) 9202905

+92 5811-920173

+92 5822-921317





파키스탄관광개발공사  
코사르 블록 (1층) 파키스탄 사무국, 이슬라마바드  
[www.salampakistan.gov.pk](http://www.salampakistan.gov.pk)

