

自在度假游丛书

徒步穿越

主编 北河王羽



TU
BU
CHUAN
YUE

9

1677

中国铁道出版社

徒步 穿越

编辑：指北针工作室

主编：北 河 王 羽
编委：王 挺 吴随芹 黄维英 王振坤
王宇平 张士英 王炳辉 王雪颖
何贝莉 袁 媛 赵连欣

中国铁道出版社

2003年·北京

(京)新登字063号

图书在版编目(CIP)数据

徒步穿越/北河,王羽主编.一北京:中国铁道出版社,
2003.11

(自在度假游系列丛书)

ISBN 7-113-05526-5

I.徒... II.①北...②王... III.步行—旅游
IV.F590.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第087722号

书 名: 徒步穿越

作 者: 北 河 王 羽 主 编

出版发行: 中国铁道出版社(100054,北京市宣武区右安门西街8号)

责任编辑: 石建英

封面设计: 李戈晶

版式设计: 李丽萍 王亚娟 薛俊雷 尧蔚涛

印 刷: 深圳市佳信达印务有限公司

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 7 字数: 120千

版 本: 2003年11月第1版 2003年11月第1次印刷

书 号: ISBN 7-113-05526-5/K · 59

定 价: 25.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书,如有缺页、倒页、脱页者,请与本社发行部调换。

联系电话: 010-63545969, 51873169

前言

我要去流浪，向着远方的太阳……

多年前被浪子演绎的一种情怀，曾让无数人走上了不明的方向。今天，这种一度流失的浪漫精神正在回归，越来越多的人正“密谋”着背起行囊，将生命中的某一个时段从纷繁杂乱中摆脱出来交给自然。

每个背包徒步旅行者都有自己独特的记忆和深刻的野外经历：面对广袤旷野时的激动心情，前方等待着你的冒险、考验和各种隐约不可知的神秘因素；数千米高的山峰环绕在周围，到处都存在探求发现神秘特殊之处的机会和可能；高耸入云的悬崖绝壁、林中深处的湿地沼泽、咆哮奔腾的河谷溪流……探知的可能性是无穷无尽的。虽然从这本书中你可以学习到多种知识，但不要放弃去尝试你自己的方式、选择你自己的路线、走一条你一无所知的路径。别担心犯错，只是要努力去控制和驾驭这些出现的问题，自己去解决它们。一旦你有过几次这样的经历，你将会从户外活动中获得极大的自信。

对于每一个人而言，“行走”是一种不可或缺的状态。不过，现在的人多是以旅游的方式来体会这种状态罢了。人的一生不知道要走多少路，而徒步是一种刻意的行为，有时根本就有马路、就有车，但因为沿路风景的吸引也要坚持步行，这是一场自讨苦吃的“秀”，观众是你自己。

行走大地，慰藉心灵，你会有一天说：万千的山和水是我一步步走过的，是我用身体丈量过的，那路上有我的汗水、我的血和泪，有我的光荣与幸福，有我的勇气和梦想。

目 录

1 关于徒步穿越

6 怒江大峡谷徒步

高黎贡山 / 六库 / 片马风光 / 听命湖 / 高山冰碛湖 / 怒江石月亮 / 碧罗雪山 / 兰坪罗古箐 / 丙中洛 / 龙普 / 三江并流

28 虎跳峡徒步

玉龙雪山和哈巴雪山 / 大具 / 核桃园 / 虎跳石 / 满天星和一线天 / 桥头镇

40 泸沽湖徒步穿越

永宁温泉 / 扎美寺 / 比依仙人洞 / 神奇的格姆山

56 稻城—亚丁徒步穿越

稻城亚丁国家公园 / 海子山自然保护区 / 亚丁自然保护区 / 冲古寺 / 洛绒牛场

70 四姑娘山徒步

双桥沟 / 长坪沟 / 海子沟 / 毕棚沟

84 罗布泊徒步探险

汉代烽火台 / 营盘汉代遗址 / 雅丹地貌 / 太阳墓 / 古胡杨林 / 余纯顺墓 / 罗布泊湖心标志 / 孔雀河 / 库木克塔格沙漠 / 楼兰古城 / 红柳沟 / 米兰

98 喀纳斯徒步

森林中少女——卧龙湾 / 美丽而静谧的月亮湾 / 图瓦人村落 / 阿克库勒湖

110 徒步穿越塔克拉玛干沙漠

喀拉墩古城 / 古核桃王与古无花果王 / 赞木庙 / 喀什香妃墓 / 塔里木河 / 托木尔峰 / 克孜尔石窟 / 库木吐拉石窟 / 龟兹城遗址 / 刘平国治关亭诵石刻 / 库尔米什阿塔木麻扎

122 徒步岗仁波齐

德青波章神山 / 狮泉河镇 / 阿里草原 / 托林寺 / 东嘎石窟 / 土林洞窟遗址 / 班公湖与鸟岛 / 日土山洞古壁画 / 日土岩画 / 玛旁雍错 / 科加寺

134 穿越雅鲁藏布大峡谷

峡谷瀑布 / 塔各加喷泉 / 藤网桥 / 雅江大溜索 / 列山古墓 / 乡玛地村 / 多雄拉雪山 / 墨脱瀑布 / 仁钦崩寺

158 丝绸之路穿越

武山水帘洞石窟 / 麦积山石窟 / 崆峒山 / 王母宫石窟 / 炳灵寺石窟 / 敦煌莫高窟 / 鸣沙山—月牙泉

172 徒步三峡

西陵峡 / 白帝城 / 丰都鬼城 / 瞿塘峡

186 徒步箭扣长城

慕田峪 / 司马台长城 / 紫云山 / 雁栖湖

194 徒步穿越浙东大峡谷

双峰森林公园 / 飞龙湖 / 南溪温泉

202 徒步穿越巴丹吉林沙漠

特大鸣沙区 / 黑城 / 曼德拉山岩画 / 海森楚鲁 / 广宗寺 / 甲渠侯官遗址 / 居延海

214 徒步阿尼玛卿山

黄河源 / 扎陵湖和鄂陵湖 / 年保玉则 / 星宿海

关于徒步穿越

旅游是许多朋友在假期的首选活动。目前大部分国内旅游者旅游的方式都是参加由旅行社组织的旅行团，与此同时，一种健康、经济、环保的旅游新方式正在国内许多大城市悄然兴起，这就是徒步旅行。

徒步在英文中称为“Hiking”，指的是到郊野或者山区步行旅游。徒步穿越中间可能跨越山岭、丛林、沙漠、雪域、溪流或峡谷等地貌，有人也把它叫一种“自虐”。徒步运动的时间可以从一两天到几十天不等，有的时间会更长。根据穿越经过的不同环境条件，其难度和强度可能相差很大，也就是说自虐的等级不同。

徒步旅游是一种时尚的旅游方式，也是一种充满了挑战的旅游方式。自由是徒步旅行最具魅力的特点，徒步旅行者可以根据自己的实际情况控制步速和行程，累了可以放慢步速或者停下来欣赏一下身边壮丽的自然风光，这时双脚就是交通工具，丈量着你所喜欢的土地。大自然中的各种外部条件可能随时都会给徒步旅行带来困难，天气的变化、自然环境的不同等等。除此之外，徒步者还会遇到体力、毅力和智慧的挑战。不过，正是这些挑战不断地激励着徒步者向着自己心中的理想出发。徒步旅游已不是一般意义上的随便走走，而是有目的、有针对性的野外旅游活动。这种游览要付出辛苦，在徒步中增长知识，在游览中强健体魄。

中国有很多独具特色、风光秀丽的地区值得徒步旅游爱好者去尝试、去体会，定会有与其他旅游方式不同的切身感受。这里推荐一些徒步线路，希望借此能够鼓励你徒步的勇气和信心，无论这些线路是否对你有吸引力，但我们始终相信在祖国960万平方公里的土地上，总有一处能够给你带来惊喜和诱惑。

徒步穿越前必须先计划好旅行的路线和时间，做好相应的准备工作。需注意的事项：

一、团队精神

集体穿越（2人以上）是表现团队合作精神的最好机会，成功、愉快、顺利的穿越是要靠集体中每一个人努力才能做到的。尤其在恶劣艰苦的环境中，团队精神更加重要。

提示：

1. 确定一个队长，并赋予他相当权力，有民主也要有集中，这点很重要；

2. 明确分工，如：开路、断后、生火、扎营……

3. 人数较多时要注意行进队形，队伍过长容易走失队友或出现意外不能及时发现；

4. 所有装备和给养应根据各人体力好坏及性别做科学分配以便背负，从而使队伍能保持一致的速度；

5. 如有人遇到严重的伤病，整个穿越计划必须做出应变，全体要放弃或部分人带伤员撤退。

二、体力分配要控制好

一般而言，在上坡时可半小时休息5~10分钟，下坡时每1小时休息10~15分钟。

提示：

1. 全程尽量保持匀速，掌握节奏，按计划的休息时间休息和进食；

2. 根据大家途中的体力情况及时调整计划，必要时宁可延长穿越时

间。避免不必要的体力过分透支，要为后来不可预见的意外情况留有余地。

三、方向问题

出行前尽可能地搜集活动地区的地图和相关资料，对将要出现的较大转向和明显的标志物做初步了解。当有等高线地图时，可将预定线路和方向进行分析，如：需翻越几道山梁、经过几个垭口、大致海拔上升和下降情况。这样有助于在行进中判定方向。

提示：

1. 携带较准确的指北针和海拔表（有的地区很需要）；

2. 携带并保护好地图和资料；

3. 带上信号笔和扑克牌，以备迷路时作路标记号用；

4. 如对穿越地区所知资料甚少、条件又较复杂时，最好请走过的人同行或找当地向导带路。

四、防水问题

在雨季或多雨地区，特别是长时间的穿越，如防水准备不充分整个活动会遇到极大的麻烦。如：无干燥衣物可换，相机、电池、食物等物品被弄湿损坏。因此在出行前要对活动地区的气候做些了解，并做好相应的准备。

提示：

1. 帐篷应选用三季帐或四季帐，专用高山帐不能用，虽然专业高山帐的防风保暖性好，但是防水性并不见长；

2. 使用背包罩或塑料布遮盖背包, 即使背包有防水功能也要如此;

3. 在向背包内填装物品前, 用塑料袋或密封袋先包裹一下, 这样既可防水也有利于物品分类;

4. 有条件就准备好防水衣裤(waterproof、gore-tex 材料都可以), 但雨具一定还要准备;

5. 防水登山鞋有条件就准备好些的, 反正还可以用很长时间(waterproof、gore-tex 材料都可以)。

五、饮水问题

在短途穿越时, 如已知补水困难就应带足饮用水, 每人每天大约2升。长途穿越, 可在途中的溪瀑、江河、湖塘取水, 但一定要观察其污染情况, 如看看水源附近有无牲畜活动、有无动物尸体、有无粪便及其他污染物, 水中有大量泥沙时要使水沉淀10分钟以上。蚂蟥多的地区, 打水时要用敞开或透明的容器, 以便能及时发现水中是否有蚂蟥。

提示:

1. 缺水地区饮水要按计划分配饮用。除特殊情况外, 在找到水源前绝不要把水饮尽;

2. 野外取水后, 有条件务必使水煮沸后(煮沸5分钟)再饮用;

3. 有条件可以带过滤器和净水药片以解决无法加热的情况;

4. 如在缺水地区长时间活动, 应学习其他野外采水方法。

六、生火问题

出行时要携带一种(一个)以上的火源, 如: 打火机(多种类型)、火柴、火镰等。有条件最好携带野营炉头、气罐或者燃料罐。在营地生火时要留意营地是否是禁火区, 以免发生火灾。生火前先准备些干燥的细柴禾(比筷子略细), 放在用石头堆好的灶底, 再往上面架上粗的柴禾, 点燃细木用嘴使劲吹, 就可以把火吹燃。当下雨或柴禾较湿时, 可劈开粗木从中间取些干木, 砍细后作引火柴(此时需砍刀或其他工具)。

提示:

1. 看好风向, 不要把火堆放在帐篷的上风处, 并与帐篷保持一定距离;

2. 离开时用水和土石压盖将火灭掉, 并一定检查火是否确实熄灭。

七、露营问题

寻找安全、避风、干燥、平整的高处扎营。此时要注意周围的环境, 如: 是否有落石滚石、风向如何、有无动物巢穴、蜂巢等。尽量不要在河畔扎营, 除非确定是枯水期, 水位不会变化。营地不要紧靠水边, 蚊虫较多。

提示:

1. 营地周围是否存在塌方、雪崩、山洪的危险;

2. 营地附近最好有水源, 取水方便;

3. 如需生火就要考虑附近有没有柴禾;

4. 下雨或多雨季节,视地形情况注意在帐篷四周挖好排水沟;

5. 风大时注意帐篷的抗风固定,确定做好后再休息;

6. 睡前把贵重物品、衣物、食品放入帐内,并准备好防身工具。

八、野外生物

出行时要准备清凉油、风油精、红花油等药物,打绑腿可以有效防止蚂蟥、蛇及其他生物对腿部的攻击,毒蛇大量出没之地可以准备蛇药。

提示:

1. 遭遇大型野生动物(如:熊、豹、犀牛等),切忌大声尖叫和乱跑。动物一般情况不会主动攻击人类,除非受到惊吓而误认受攻击而反击。此时镇定大概是惟一的法宝;

2. 世界上只有很少的毒蛇是好斗并主动发起攻击的,除非你不小心踩到它,也许它会愤而自卫;

3. 如不幸被毒蛇咬伤(无法判断是不是毒蛇时当有毒处理),除紧急处理外,心理的平稳会将你的生存可能提高数倍。

九、营养补充

在较长时间的野外穿越中,体力消耗大,排汗多,人体容易出现盐分缺失、电解质失调、营养不足等现象,那样会严重影响体力和健康,有时甚至是很危险的。因此要及时补充。

提示:

1. 携带牛肉干、巧克力等高热

量和营养食品以备不时之需;

2. 携带维生素合成药片,每日一颗;

3. 每天要补充盐分,吃些含盐食品,如:榨菜等;

4. 果珍冲剂是不错的电解质平衡饮料(当然还有许多类似冲剂),平时在水壶中放一些随时补充。

十、保暖问题

许多地区(如:沙漠、山区)昼夜温差较大,有的穿越地海拔上升高,也会出现几个小时就有较大温差的情况。注意保暖是必须的,尤其是在大量出汗后和睡觉前。

提示:

1. 对所到地区可能的最低温度做好充分估计,相应准备保暖衣物和选择合适的睡袋;

2. 当衣物被雨水或汗水弄湿后,热量散发的速度是惊人的,此时要尽快换上干燥内衣。有条件可选用“coolmax”等排汗快的内衣;

3. 高寒地区则需要更专业的装备和知识。

十一、其他有关问题

1. 宁可绕行多走些路,也不要尝试危险的攀爬和下降,特别是独自一人穿越并负重时。如必须攀降时,应先卸下背负,空身攀降,然后用辅绳或带子把装备提吊;

2. 平衡在路经险境时(如独木桥、涉水、崖边等)应记住把背包的胸带和腰带松开,以保证能及时迅速卸载而丢卒保车;

3. 除特殊地区(如沙漠)外不要轻易冒险走夜路,因为很多迷路情况都是发生在能见度很低时,而且夜路很容易造成失足。当不得不走夜路时,有头灯是最好的,手电筒会占用一只手,不利于平衡保护;

4. 在不明水深和水下情况时先不要贸然涉过,应尽量想法探明。有携带沙滩鞋的尽量不要光脚涉水,因为容易滑倒和扎伤,还要小心水中的石块,它们常常是非常圆滑,一不小心就会失足。另外涉水前应对水的流速做好充分估计;

5. 应将所有遗留的可见垃圾全带走。长途穿越应至少将那些不可降解的垃圾带上,直到有统一垃圾堆放地。所以垃圾袋是必须要带上的。

十二、常用装备

不同地区、不同难度、不同时间长短、不同季节和气候下的穿越,在选择装备时差异很大。有时计划选择不当会使穿越中负累不小,而有时又

因为装备不全而感到非常棘手甚至危及安全。出行前应在对活动地区尽量充分了解后,仔细挑选应带装备和给养。

打点行装的原则是将行李减至最少限度,尽量整理打包成小型的,留下空间装旅途中购买的纪念品及礼物。整理行李有几个小窍门:

1. 不常用的、较大较重的物品先装,以利搬运。

2. 瓶装化妆品等易碎之物用T恤或毛巾包裹。

3. 在行李空隙处塞入卷筒状的毛巾。

4. 行李宁背勿提,以减少手臂肌肉过分疲劳。收拾行李令人头痛,面对那一堆穿的用的,如果您先列一张清单,将所需之物一一写下,就不会顾此失彼了。

下面列出徒步穿越过程中常用的一些装备

公用装备:

帐篷,炊事用品(炉具、燃料、炊具等),绳索(视情况选择携带),专用工具(砍刀、手斧、行军铲等),公用药品(含紧急救护药等),胶带,营地灯,其他集体专用器材(攀岩器材,登山器材等),公用食品,海拔表,指北针,温度计,地图。

个人装备:

背包,睡袋,防潮垫,手套,帽子,换洗衣物,墨镜,头灯,水壶,个人卫生用品,防晒霜,润唇膏,摄影器材,望远镜,笔记本,笔,个人药品,打火机、火柴,餐具,干湿纸巾,便鞋或拖鞋,个人食品,其他杂品。

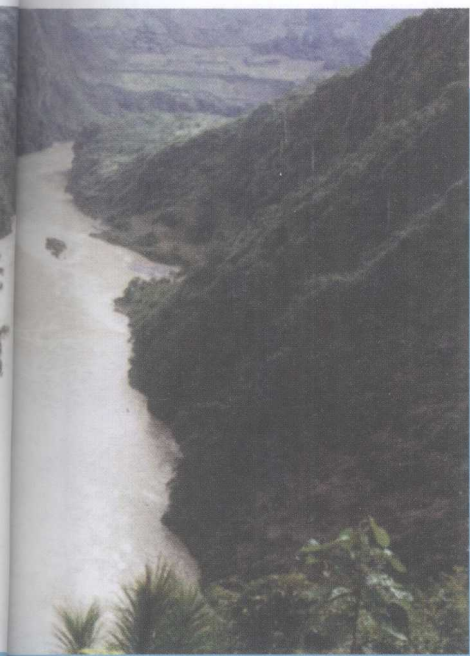


怒江大峡谷徒步

穿越目标

滇西北由北向南巍峨高耸的碧罗雪山、高黎贡山、担当力卡山与奔腾的澜沧江、怒江、独龙江山水之间，就是威名远播的怒江大峡谷。

怒江大峡谷全长300多公里，平均深度约有3000米，最深处在贡山丙中洛一带，堪与美国的科罗拉多大峡谷媲美，因此被称为“神秘的东



方大峡谷”。海拔4000多米的高黎贡山和碧罗雪山夹着水流汹涌的怒江，峡谷中险滩遍布，两岸山势险峻，层峦叠嶂，比较有名的景观有双纳洼地嶂峡、利沙底石月亮、月亮山、马吉悬崖、丙中洛石门关、怒江第一湾、腊乌崖瀑布、子楞母女峰、江中松等。怒江大峡谷分布着傈僳族、怒族、独龙族、白族、普米族等十几个少数民族，民俗风情独特、神秘。



这里不仅保存着独特的民族风情，而且还有美丽的自然风光和丰富的动植物资源。春节期间的怒江是四季中最美的时节，高黎贡山和碧罗雪山已披上了皑皑白雪，怒江江水轻柔、色如碧玉，峡谷里气候温和，热带植物与雪山形成了一幅绝美的风景画。而一年一度热闹的“澡堂会”却又是另一迷人风情。怒江大峡谷集峡谷、高山、民族、边境和地质、地貌、江河、森林、生物、气象等多种景观于一体，在那里你会强烈地感受到大峡谷的雄、险、秀、奇、幽、旷、绝，感受到“十里不同风，百里不同俗”的纯情、绝美和神奇。

复杂的地形，众多的民族，独特的自然环境，造就了怒江大峡谷徒步探险。尤其是这里有许多地方长时间与世隔绝，更显得神秘莫测。探险者的脚步、摄影家的镜头……都一并伸了过来，期待着在这里新的发现。

冒险指数：★★★★★

人文指数：★★★★★

自虐指数：6



怒江大峡谷位置图

穿越线路

推荐两个怒江大峡谷穿越方案：

方案一：从昆明西站或西苑车站出发到贡山，夜宿贡山，第二天找向导进独龙江，第三天出发走独龙江驿道，大约18公里，夜宿驿站；第四天继续走独龙江驿道，大约16公里，夜宿东哨房驿站；第五天翻越南磨王雪山垭口，大约32公里，抵达巴坡，夜宿巴坡；第六天往孔目(孔当)，大约25公里，夜宿孔目；第七天坐车回贡山大约96公里，调整，宿贡山(可能存在无车的情况，那就需再花三天时间从孔目走回贡山)；第八天坐车到六库，可随处逛逛，夜宿六库。

时间允许情况下可能的选择：1. 在巴坡时用三天时间去月亮大瀑布(第一天从巴坡出发到马库，大约15公里，夜宿马库；第二天看月亮大瀑布，夜宿马库；第三天，回巴坡，夜宿巴坡)。2. 在贡山用两天时间去丙中洛(第一天坐车去丙中洛，大约44公里，夜宿当地；第二天去秋那桶，再赶回贡山，夜宿贡山)。

方案二：从昆明晚上坐车直接到六库，行程12个小时；第二天从六库徒步到福贡，路过废城知子罗；第三天从福贡徒步到丙中洛，可以玩玩溜索，看看石月亮、怒江第一湾；第四天从丙中洛徒步到秋那桶，可以看看石门关，品味怒江之美、秀、险、奇；第五天从迪麻洛到碧罗雪山垭口，如果是高山杜鹃怒放的时节，迪麻洛峡谷一路美不胜收；第六天从垭口到查里桶(永支三队)，苏

苏桶峡谷景色不让迪麻洛峡谷，这两天大约徒步60公里；第七天从查里桶到德钦，澜沧江一路别有一番滋味，注意观看左边太子雪山；接下来两天从德钦徒步到梅里雪山，拜圣山，看冰川、雪崩神瀑；然后继续从德钦徒步到香格里拉（中甸），纳帕海、松赞林寺、碧塔海、硕都湖。到达大具后开始徒步虎跳，桥头—中峡—桥头的线路走法可以是桥头（走高路）—中落鱼—28道拐—两家人—本地湾—中峡（走低路，即公路）—丫叉角—上虎跳—返回桥头；或者反方向走，是一个环行的徒步路线，仍需两天时间，途中视情况选择入住本地旅馆，并可在上虎跳和中虎跳两下峡谷到江边。这样的环行路线的好处是可以到江边看看，是以前走高路的徒步者无法如愿的。对于体力较差的徒步者，还可以从桥头租车走公路直抵中峡，以保存体力。

出行提示

1. 以上只是初步行程，随着对当地情况的了解和去过的人的建议，可以做出一定的调整。

2. 傈僳族登埂澡塘会在每年大年初一开始，大年初四结束。登埂距离六库12公里，白天一般举“摆时”比赛（斗歌比赛），晚上有“下火海”，还有“上刀山”、“荡秋千”等项目，洗澡当然必不可少。不过现在的傈僳族

人已经很不喜欢别人拿着长长的镜头照她们，往往厉声呵斥，洗澡处有牌子写着“严禁近距离摄影”，摄影爱好者还是要小心。

3. 六库—福贡，123公里，可用一天时间浏览，有下石门关、老虎跳、飞来石等景点，可以尝试一下在奔腾的怒江上溜索而过的滋味。

4. 福贡—贡山—丙中洛，全程155公里，有石月亮、江心松、废城等景点。在丙中洛住宿在重丁村怒族丁大妈家，每床只需10~15元，很干净，还可以围坐火炉旁品尝酥油茶和“石块粑粑”（荞麦饼）。

5. 从重丁村出发去秋那桶，汽车不能通行，步行约4个小时，可一日来回或在秋那桶住一宿（秋那桶有接待点）。

6. 丙中洛有桃花岛、卡娃卡布雪山、石门关、普化寺、重丁天主教堂等景点。要看到怒江第一湾，就要在下午2点前爬上贡当神山（否则山的阴影会遮住江水），在羊脂玉厂里有最佳的观测点，居高临下，无遮无挡。

7. 丙中洛—贡山约50公里，贡山可宿邮电招待所，双人房50元（独立卫生间和热水）。去独龙江的公路由贡山去，冬天有雪封山。

8. 六库—片马，90公里，一日可以来回，途中经过高黎贡山，冬天偶尔会封山。片马是一座充满野性的边陲小镇，有著名的驼峰坠机地。

9. 傈僳族人、怒族人都颇热情好客，不过要是喝醉了就容易借酒闹事，与之交往还要尊重别人的民族习惯。

10. 怒江一带的民众很多信奉天主教，沿途有些别具特色的教堂建筑，丙中洛一带有些房屋的屋顶是用不规则的石片铺就的，很有韵味，值得摄影者留意。

11. 1月的怒江峡谷白天天气暖和，甚至说得上是炎热，早晚就比较寒冷，要注意穿衣保暖。据当地人说夏天炎热难耐，怒江水大浪高。

12. 在怒江，一路上都没有门票的概念，景物皆天成。也没有什么旅游纪念品可买，或许当地人打猎用的弓箭有些留念意义，因为它箭速很快，其中弓箭的颜色发红发黑的最好。如果你觉得这个东西实在难带的话，那就没什么好买的了，所以这里不需要花多少钱。

怒江大峡谷徒步线路图



丰富，号称“动物的走廊”。保护区有白眉长臂猿、黑冠长臂猿、猕猴等珍稀动物，植物种类也很繁多。山上常有兰花暗自开放，满谷幽香，而不知香自何处；更著名的则是满山遍野的杜鹃花。这里杜鹃花的种类和数量均居全国之冠，比起号称同样盛产杜鹃花的四川省峨边县黑竹沟地区有过之而无不及。若是春季时登高黎贡山，便会发现满山遍野的杜鹃花海，美艳得让人如痴如醉。据介绍，号称全世界“杜鹃之王”的杜鹃树也长在高黎贡山，它的基茎长达3米多。

高黎贡山还有不少名胜古迹，最有名的是大风口和磨盘石。磨盘石是以前李定国与吴三桂决战的地方，而大风口则是古代西南丝绸之路的一个必经关口。

景点链接

高黎贡山

高黎贡山在横断山脉的最西侧，是中国与缅甸的界山。其山势呈南北走向，北段又称为伯舒拉岭，南段称为高黎贡山。其海拔在3000~5000米之间，低于在怒江东岸与其遥遥相对的怒山（碧罗雪山）。高黎贡山地处青藏高原和孟加拉湾气流的交替地带，属于典型的亚热带山地气候。其山地气候的垂直差异特别明显，从谷底到峰顶依次体现为亚热带、暖温带、温带、寒温带、高山苔原带和雪山冰漠带，一座山就包含着万千气象。高黎贡山上的动植物资源非常