

消费满意在云南

云南农业大学
昆明市盘龙区工商行政管理局
昆明市盘龙区消费者协会

云南将增自驾游、游客休息站管理等5个旅游标准

“消费满意在云南”活动启动仪式启动

省旅游局今年将编制完成《云南省游客服务中心体系建设管理标准》、《云南省旅游厕所建设管理标准》、《云南省旅游公共标识系统建设管理标准》、《云南省自驾游营地建设管理标准》等5个地方性标准，为旅游公共服务提供标准和依据。

中国质检网

云南食品安全条例下月听证 违法行为从重罚

在

云南

严厉打击肉类产品掺假

盘龙在行动

消费满意在云南

云南农业大学

昆明市盘龙区工商行政管理局 编

昆明市盘龙区消费者协会

Satisfaction of Consumption in

Yunnan

常州大学图书馆
藏书章

云南出版集团公司

云南科技出版社

· 昆明 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

消费满意在云南/云南农业大学, 昆明市盘龙区工商行政管理局, 昆明市盘龙区消费者协会编. —昆明: 云南科技出版社, 2013. 6

ISBN 978 - 7 - 5416 - 7216 - 3

I. ①消… II. ①云… ②昆… ③昆… III. ①消费市场 - 概况 - 云南省 IV. ①F727. 74

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 143681 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼 邮政编码: 650034)

昆明天泰彩印包装有限公司印刷 全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 12 字数: 235 千字

2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

序 言

我们知道，消费、投资、出口是拉动经济增长的三驾马车。环顾当今世界，经美国次贷、欧债等一系列经济危机的连续冲击，全球经济如风中之舟震荡摇摆，一片低迷，各国都在寻求振兴之道。中国经济虽“众芳摇落独暄妍”，在世界经济中依然一枝独秀，但在这样的大背景下，同样面临如何保持经济稳定、较快增长的命题。为此，党中央、国务院把转方式、调结构、稳增长、扩内需作为我国当前经济工作的主线，全力推进经济的转型升级，实现可持续发展、科学发展。要扩大内需，就要拉动消费，要拉动消费，就要让人民群众安心消费、乐于消费。有鉴于此，在2013年的省人民政府工作报告中，第一次提出了实施“消费满意在云南”行动，以打造人民群众满意的消费环境来提振消费信心，刺激消费，扩大内需，促进云南经济又好又快发展。

我们每个人都是消费者，“消费满意在云南”不仅是需要我们每个人参与的一个行动，更是需要我们每个人共同去努力的一个目标、去实现的一个梦想。这次盘龙区工商行政管理局、盘龙区消费者协会与云南农业大学联合开展“以文论消费、以文促发展”活动，就是要通过这一活动践行“消费满意在云南”，在展现彩云之南的自然之美、历史之美、文化之美的同时，唤醒社会大众的科学消费意识、自我维权意识，共创消费满意在云南，让生活工作在云南、出差旅游在云南、投资创业在云南的人们放心消费、满意消费，让这片神奇秀美之地成为人们的一种向往。

本书既是一本帮助来云南旅游、创业、生活的朋友认识云南、了解云南的知识读本，也是一本进行环境教育和消费行为指导的方便读物。全书共分为四个部分：第一部分是云南之美，从云南的自然、历史、文化、物产等多维度历数云南之美，描绘出一幅美丽云南的多彩画卷。当中还整理和收集了云南少数民族地区的一些民风民俗，可为云南旅游之指南。第二部分是大众征文，围绕消费维权，通过笔墨书香讲维权故事、谈消费经验，传播科学的消费理念，宣扬维权知识。第三部分是企业服务消费者、提高服务质量的个案记录，有云南本土

的老字号，也有新兴的行业小荷，它们代表的是企业的社会责任和在保障消费者权益中的担当。第四部分是专家观点，这些观点有的是实践调查和理论研究碰撞出的思想火花，有的是岁月淘沙积淀下的真知灼见，皆可为我们工作生活所借鉴。

本书不足之处，诚请读者提出宝贵意见和建议。书中文章所提观点系作者本人评论和见的，不代表编委会立场。

本书编委会
2013年6月

目 录

云南之美

自然之魅	普雁翔(3)
文化之特	王全春(14)
历史之奇	徐 涛 陈 骥(25)
原乡之淳	马 蓉(34)
产品之优	孙艺嘉(42)
饮食之味	徐 涛(51)
养生之地	曾 艳(61)
投诉之道	龙 蔚 李 莉(71)
投诉之效	龙 蔚 刘世平(80)
行为之不	王 奇(88)

消费体验

从1毛钱中感悟到消费者权益	王 峰(101)
都是“赠品”惹的祸	李作昕(102)
“神话”名企,莫如把握名企精神	王晓俊(105)
我是散客我拼团	海 风(106)
消费满意 维权志愿者与你同行	李贵华 罗 娅 张亚萍(108)
一次旅行	苗云辉(111)
一分钟 两块钱	严宏仁(113)
遭遇“SAMSUNG”	冀 华(115)
走进诚信飘香的云南	张学亮(116)
低碳观念 引领消费新时尚	罗 威 朱 燕 毛旭婷(119)
Satisfaction of Foreign Customers in Yunnan: A foreign perspective on obtaining and	

maintaining foreigner customer satisfaction in Yunnan province	Rocco Carlie & Croom Zoe(122)
--	-------------------------------

企业实践

春风阁,无法拒绝的体验	曾 艳 陈 骥 杨娟梅(135)
顶尖文化,做有社会责任感的街舞培训机构	曾 艳 黄 吉 苏泽逸(138)
员工,顾客,一个都不能少.....	曾 艳 晏成彦 和 艳(141)
城市花园:用我们的真诚换取您的满意	
.....	龙 蔚 张 仙 吴新勇 叶香瑛(144)
诚信为本,品牌取胜	王 奇 张 仙 李 冰(148)
消费者满意—世博车市从未停止的追求	
.....	马 蓉 陈 骥 石 卉 孙世楠 邢德林(151)
奥斯迪的诚信市场建设.....	王全春 王敬福(155)
从田间地头到国宴餐桌.....	万媛媛 吴 炯 杨秉娟 李 敏(158)

专家观点

加快滇菜创新发展 深入推进消费满意在云南活动.....	马国胜(163)
提高农产品质量安全 发展高原特色农业.....	起建凌 金 璟 陈 霞(168)
消费主义价值观与环境友好型消费模式的构建.....	张榆琴 王 静(174)
云南传统商业道德的现代启示.....	路 遥 孙式范(179)

云南之美

Fabulous Yunnan



自然之魅

——普雁翔

在农业社会，人是“生态自然人”，被动适应生态规律的支配，消费系统被纳入自然的生态系统，久而久之，对大自然产生了一种“依存”心理，形成了“依附和尊敬自然”的消费观。在工业社会，人们普遍认为人类是大自然的主宰，所有的自然存在物都是为了人类的目的而存在的，对大自然产生了一种“征服”心理，“理所当然”地将整个生态系统纳入人类的消费子系统，从而形成消费至上的消费观。在生态文明的发展阶段，以尊重和维护自然为前提，以人与人、人与自然、人与社会和谐共生为宗旨，以建立可持续的生产方式和消费方式为内涵，反对采取功利性与享受性的消费态度攫取与掠夺自然资源，主张可持续的适度消费，实现人与自然界的良性互动与协调发展。因此，与生态文明相适应的消费观不是“依从自然”的消费观，更不是“征服自然”的消费观，而是适度消费、绿色消费、可持续消费的生态消费观。

云南之美，美在自然，美在多样，美在包容。对自然之美的消费，不是索取，不是占有；是亲近，是体验，是仰望，是升华，是出世，是脱俗。对自然的审美体验应当是认识自然，敬畏自然，呵护自然。

自然之美是云南之美的根，是源。云之南，云之上，雪吻蓝天，冰乳大地。任何一个打开中国地图的人，都会深深地被西南部深褐色的区域所吸引住，那里犹如人的胃部，有许多褶皱的地方，就是喜马拉雅山与横断山脉。云南美丽的山川景观在这里铸就，生物多样在这里孕育，民族风貌在这里得以保存。这里，几乎囊括了世界上最为壮观的雪山、峡谷和江河，集聚在这样一个密集区域里，蕴藏了许多神奇的故事。不断吸引游客探访，寻觅。随口说出一串名词，都是响当当的，外国人视为理想国的“香格里拉”，国人眼中的“世外桃源”，就在这里……

香格里拉，是不同于现代工业社会的一个理想王国，是一个田园诗般的宁静国度。她具有如下迷人的特征：她的风光是美的，有草地、森林、田园、雪山，追求适度的物质生活；她的进入是艰难的，进而独具令人向往的神秘，她是一个秘境；她是一个壮阔的地方，反衬人的渺小，是一个宗教信仰密集的区域，那里的人心灵宁静安详。^①

^① 单之蔷，中国景色，北京：九州出版社，2008，第109页。

而这一切，都离不开造就云南自然之美的独特的地形地貌。

在中国，特别是中原大地的大山大河大多是东西走向的，但横断山脉却是一个异数，“高山纵列，大河并流”——高黎贡山、怒江、云岭、碧罗雪山、澜沧江、无量山、哀牢山……，均是南北走向。在横断山脉最狭窄处，是举世闻名的“三江并流”世界自然遗产之地。横断山脉，横断了东西，却也贯通了南北——南北的气候交流，还有南北的文化交流。从这里出发，云南，一副神秘而壮丽的画卷展现在你的面前。

云南，是一个高原山区省份，属青藏高原南延部分。滇西北是云南主要山脉的策源地。摊开云南省地图，明显可以看到，全省整个地势从西北向东南倾斜，江河顺地势而下，并呈扇形分别向东、东南、南流去，哺育着云南这片土地。全省最高点为滇藏交界的德钦县怒山山脉梅里雪山的主峰卡格博峰，海拔 6740 米；最低点在与越南交界的河口县境内南溪河与元江汇合处，海拔仅 76.4 米。两地直线距离约 900 公里，高低落差达 6000 多米。一条用“214”命名的国道，由北向南，它的一端在青海，经过西藏昌都、芒康，连通了德钦和香格里拉，再经由丽江、大理，一直通向西双版纳的景洪。

元江谷地和云岭山脉南段的宽谷将云南省分为东、西两大地形区。东部是滇东、滇中高原，合称云南高原，系云贵高原的组成部分，地形波状起伏，表现为起伏和缓的低山和浑圆丘陵，发育着各种类型的岩溶地形。主要以红土高原风光和喀斯特地形地貌风光为主。西部地形区，为横断山脉纵谷区，高山深谷相间，相对高差较大，地势险峻。

高黎贡山为缅甸伊洛瓦底江的上游恩梅开江与缅甸萨尔温江的上游怒江的分水岭，怒山为怒江与老挝湄公河的上游澜沧江的分水岭，云岭自德钦至大理为澜沧江与长江上游金沙江的分水岭。各江强烈下切，形成了极其雄伟壮观的山种并列、高山峡谷相间的地貌形态。其中的怒江峡谷、澜沧江峡谷和金沙江峡谷，气势磅礴，都是世界著名峡谷。在“三大峡谷”中，谷底是亚热带干燥气候，酷热如蒸笼，山腰则清爽宜人，山顶却终年冰雪覆盖。在垂直几千米的距离内，其气候与自然景观竟相当于从广东至黑龙江跨过的纬度，为全国所仅有等。

南部地形区只是在西南部边境地区，地势渐趋和缓，河谷开阔。有瑞丽江一大盈江风景区。最南端的西双版纳风景区是一颗璀璨的绿宝石，镶嵌在世界同纬度被稀树草原和荒漠占据所形成的“回归沙漠带”上。东南部，喀斯特岩溶风景，有滇中的九乡风景区、石林风景区、普者黑风景区等。

一、山之壮美

1. 横断山

在《中国国家地理》杂志 2004 年 7 月大香格里拉专辑中，横断山区被称为

中国最美的地方。横断山区并列的山川，自东至西依次是邛崃山、大渡河、大雪山、雅砻江、沙鲁里山、金沙江、芒康山（宁静山）、云岭、澜沧江、他念他翁山—怒山、怒江和伯舒拉岭—高黎贡山等。

云南省全省最高点在梅里雪山的卡格博峰，海拔 6740 米，为云南第一峰。著名旅行家、探险家洛克曾经称卡格博峰是“世界上最美的山”。梅里雪山号称太子十三峰，各座雪峰都有各座雪峰的品格，各座雪山都有各座雪山的风姿，可谓多姿多彩，气象万千。梅里雪山是至今仍未登顶的山峰，它因中日联合登山队三次登顶失败而广受关注。大多数人到了德钦，最大的愿望就是能看到梅里雪山。来过的人都说，看到梅里雪山，任何人都会受到强烈的震撼，这种震撼来自心灵深处。梅里雪山因为它经常被云雾所笼罩，很少露出真面目。藏民们都会说，能看到梅里雪山的人都是幸福的人。

梅里雪山是藏传八大神山之一，而且排在八大神山之首。它是藏族精神世界中最为神圣的雪山，朝拜梅里雪山，是他们一生中最虔诚、最神圣的大事。

高黎贡山位于云南省西部和西南部，是横断山系中最西部的一条山脉，为念青唐古拉山脉的南延部分，从贡山县进入云南后改称高黎贡山。山体为南北走向连绵 450 公里，北高南低，最高峰为嘎娃嘎普峰，海拔 5128 米，山顶终年积雪，冰川地形发育。北段在怒江州境内，中段为中缅界山，是怒江和伊洛瓦底江的分水岭；南段西坡山有著名的第四纪腾冲火山群和一些段陷河谷坝分布。高黎贡山山顶终年云雾缭绕、寒气逼人，山腰夏无酷暑、冬无严寒，山脚的怒江河谷一年四季烈日炎炎。随着气候的改变，植被和生态也迅速改变。

地处怒江大峡谷的高黎贡山是地球上现今惟一保存有大片由湿润热带森林到温带森林过渡的地区，是世界上极其珍贵也极其稀有的生物多样性十分突出的地区，被誉为“世界物种基因库”、“自然博物馆”和“世界雉鹑类的乐园”。高黎贡山自然保护区百花岭发现一片新的热带雨林，这是目前世界上记录到的纬度、海拔最高的热带雨林。高黎贡山国家级自然保护区分布有羚牛、孟加拉虎、白眉长臂猿、白尾梢虹雉等国家重点保护野生动物；分布有树蕨、云南红豆杉、秃杉、长蕊木兰等国家和省级保护野生植物。这里是山茶、木兰、兰花、龙胆、报春、绿绒蒿、百合、杜鹃等“云南八大名花”的故乡。

在高黎贡山腹地，分布着大大小小的新生代火山。众多火山之间，热浪蒸腾，数百眼热泉、温泉散落当中，构成了我国三大著名的地热风景区之一——“腾冲热海”。火山地热并存，是世界上绝无仅有的奇观。高黎贡山地热资源十分丰富，保护区分布有许多温泉，如百花岭阴阳谷温泉、金场河温泉、摆洛塘变色温泉。盛传的独具民族特色的“澡塘会”就在怒江边，是怒江地区的傈僳族一个传统盛会，也是傈僳族的狂欢节。

高黎贡山是怒江和伊洛瓦底江的分水岭，保护区内有 80 多条河流分别流入

这两条江。这些河流由于落差大（常超过 2000 米），形成许多美丽的瀑布、叠水，如百花岭阴阳谷三级瀑、美人瀑、高脚岩瀑布群、大坝河口瀑布。

在高黎贡山内保存有公元前四世纪著名的南方丝绸之路（蜀身毒道），比北方丝绸之路要早 200 多年的历史。丝绸古道路宽 1.5 ~ 2 米，全部用石块砌成路面，沿路风光秀丽，历史古迹众多，旅游价值极高。

2. 云岭

云岭是横断山脉中宽度最大、分布面积最广的一列山地。北段在四川省和西藏自治区境内，由两列山地和一块起伏和缓的残余高原组成，金沙江从中间流过，西侧的一列山地称芒康山，东侧的一列称为沙鲁里山。山体在迪庆藏族自治州北部进入云南省，两列山地合称云岭。地势北高南低，北部山地平均海拔约 5000 米。从丽江向西北望去，排列着四座著名的雪山，依次是玉龙雪山、哈巴雪山、白马雪山和梅里雪山等著名山峰。南部山峰高度逐渐降低，海拔在 4500 米以下，有著名的老君山、点苍山、雪邦山等。云岭从云南省德钦县东南部开始，山体由 2 支分为 3 支：

西支主要山地为白马雪山、清水郎山和雪盘山。呈南北走向，西侧紧贴澜沧江，东侧以支巴洛河河谷、罗普河河谷、通甸、马登宽谷以及槽涧、漾濞谷地为界。最高峰是白马雪山主峰，海拔 5429 米。山地内分布有云龙坝、兰坪坝、维西坝等断陷坝子。云岭西支以白马雪山为典型，位于青藏高原与横断山地的过渡地带，在滇西北德钦县境内，巍峨的云岭，群峰连绵，白雪皑皑，远眺终年积雪的主峰，犹如一匹奔驰的白马，因而得名“白马雪山”。云岭纵贯整个白马雪山国家级自然保护区，雪山主峰高擎，直插云天，形成雄奇险峻的现代高山冰川，异常壮观。夏季开满高山杜鹃林的白马雪山曾入围《中国国家地理》的“中国十大最美森林”。杜鹃林的分布与森林植被垂直带谱密切相关。在和煦的春风里，山上的冰雪开始消融，百花竞妍，姹紫嫣红，交织成“七彩锦霞”。炎夏之时，河谷地带芳草萋萋、浓荫处处，杜鹃花比美似的吐艳怒放。晴天里，花海衬映雪山冰川，天蓝得发颤。而在山上有云雾的时候，一缕缕一丝丝，一片片缓缓流动起来，弥漫开来。一朵朵、一簇簇、一树树的杜鹃花在茫茫雾海中尽情展露万千风姿，被称作“雾海花潮”！金秋之际，山顶上的“银海烁金”景色又是白马雪山的一大奇景：大果红杉林褪去绿色，一身金黄，疏密有致，迎着皑皑雪峰。山腰的白桦林的山楸在绿色的松林中燃起金黄、火红的颜色。皑皑冬季，白马雪山银装素裹，雪岭逶迤千里，远远近近的树林披上蓬松的雪，世界空旷、宁静。

中支主要山地为察里雪山、甲午雪山、老君山、罗坪山和点苍山等。中支北起金沙江谷地，向南经玉龙纳西族自治县石鼓镇、剑川县到大理附近，包括丽江地区西部及大理白族自治州中西部的山地。最高峰是察里雪山主峰，海拔 5534 米。山地内有石鼓坝、洱源坝和剑川坝等。云岭中支南端主峰点苍山，又名苍

山，雄峙滇西，它东临洱海，西濒黑惠江，最高峰的马龙峰海拔为 4122 米，山顶积雪经夏不化。与云南众多六七千米级极高山相比，4000 多米的苍山并不算高，但它却具有许多极高山没有的地标意义：它标志着海拔 4000 米以上的东喜马拉雅山系从西到东绵延数千公里后在此结束，而平均海拔 2000 米左右的云贵高原在此开始。因此，这座山被称为“世界屋脊的屋檐”。

东支主要山地为哈巴雪山、玉龙雪山和绵绵山，向东渐渐与滇中红色高原相接。最高峰是玉龙雪山主峰，海拔 5596 米。云岭山脉东支的著名山峰玉龙雪山，位于丽江的北端。其山势巍峨挺拔，宛如擎天玉柱，耸立在金沙江北岸。主峰扇子陡海拔 5596 米，山顶终年积雪，好似晶莹玉龙横卧山颠而得名。玉龙雪山是北半球纬度最低的现代海洋性冰川。山上经济林木、药用植物和观赏花卉，依不同海拔气候而分布，是杜鹃花的著名产地和药材宝库。玉龙雪山是玉龙雪山国家级风景名胜区的主体和中心。玉龙雪山已是名播四海、成为了大香格里拉区域具有世界级温带海洋性冰川资源、最具影响力的中国云南乃至世界知名的旅游胜地和天下名山。2008 年，玉龙雪山以“白龙弄玉”的形象美誉入选中国十大避暑名山榜。

云岭山地的西支和中支延伸到巍山县、弥渡县以南，山体逐渐变宽变矮，海拔一般都低于 3000 米，习惯上称这一带的山地为云岭余脉。云岭余脉由两支山地组成，东支为哀牢山，西支为无量山。云岭山脉向南延伸的余脉是哀牢山，西北—东南走向，从大理州南直抵红河州绿春县，全长约 500 公里，主峰同名称哀牢山，在新平彝族傣族自治县西，海拔 3166 米。是元江与阿墨江、把边江的分水岭，也是滇东高原和滇西横断山脉两大地貌单元的分界线，是云贵高原气候的天然屏障。哀牢山将云南的气候切成了两半：冬天，强度较弱的东北冷空气很难翻越哀牢山影响山脉以西的地区，因此山的东部气温明显低于西部；夏天，哀牢山西部处于西南暖湿气流的迎风坡，降雨丰沛，而东部由于地形闭塞，多焚风，干热少雨。在冬春之际从空中接近这座云海升腾的神秘山脉，会惊讶地发现，这里简直是不同气候景观的微缩景区：从最高处海拔 3074.3 米的西隆山，到最低处海拔仅 76.4 米的红河出境处河谷，寒带、温带、亚热带、热带气候依次排列。当西隆山巅白雪纷飞的时候，红河谷地却炎热如夏，简直是“一山分四季，隔里不同天”。而透过盘绕山顶的袅袅云烟俯瞰若隐若现的村落城镇，你还会看到在哀牢山不同海拔高度的阶梯上活动的一群群不同装束的民族。^①

哀牢山是国家级自然保护区，但是广为人知的是元阳梯田。元阳梯田位于云南省元阳县的哀牢山南部，是哈尼族人世代留下的杰作。在世界许多梯田如

^① 特色哀牢山：民族地理景观，转引自《典藏国家地理：中国卷》（上），华夏出版社，2008。

非洲、南美洲及亚洲的日本和菲律宾中,元阳梯田之所以称得上奇迹,这与元阳所处的地理位置有重要的关系。哀牢山处于地势缓和的东部地区和山高谷深、地势险峻的西部地区之间,因此在自然环境、气候特征和生物资源分布等方面都比较突出地体现了云南生态系统复杂多样和立体分布的特点。它呈现出的森林—村寨—梯田—河流四度同构的良性农业生态系统和独特的梯田文化景观,是中外任何梯田都无可比拟的。它所蕴含的人与自然高度和谐发展、人与人和睦相亲的古老文化特征,正是21世纪人类所追求的一种精神。^①哈尼梯田是中国梯田的杰出代表,是世界农耕文明史上的奇迹。

云岭山脉西支向南延伸的余脉是无量山。西北—东南走向,北起巍山、南涧,南抵西双版纳。山地东陡西缓,是把边江和澜沧江的分水岭,西坡呈阶梯状分布着普洱、思茅、普文、小勐养、景洪等坝子,是重要的农业区,动植物资源丰富,属国家级自然保护区。山脉南部的西双版纳热带雨林,已建成国家级风景名胜區。

二、江之激荡

云南江河纵横,水系十分复杂。全省大小河流共600多条,其中较大的有180条,多为入海河流的上游。它们集水面积遍于全省,分别属于六大水系:金沙江—长江,南盘江—珠江,元江—红河,澜沧江—湄公河,怒江—萨尔温江,独龙江、大盈江、瑞丽江—伊洛瓦底江,分别注入东海、南海、安达曼海,北部湾、莫踏马湾、孟加拉湾等三海和三湾,而归太平洋和印度洋两大洋。除南盘江—珠江,元江—红河的源头在云南境内,其余发源于青藏高原,均为过境河流。其中,南盘江—珠江,金沙江—长江为国内河流,独龙江、大盈江、瑞丽江—伊洛瓦底江和怒江、澜沧江、元江是国际河流,分别流经老、缅、泰、柬、越等国入海。

1. 金沙江—长江

金沙江为长江上游,从青海省玉树县巴塘河口至四川省宜宾岷江口,全长2308公里,因盛产金沙故名金沙江。金沙江发源于青藏高原唐古拉山中段,经德钦县进入云南流于横断山区,而后进入滇中高原、滇东北与四川西南山地之间,最后从水富县流入四川境内,自宜宾以下称长江。金沙江是云南流域面积最大的河流。沿江形成众多的以江河景观为主体的风景区,其中最著名的有三个。

——“三江并流”,即金沙江与澜沧江、怒江共同在滇西横断山区内相互逼近、并行南下,形成世界上罕见的“江水并流而不交汇”的奇特自然地理景观,

^① 李旭,哀牢山红河哈尼梯田,改变正在发生着,中国国家地理,2011年第6期,第48页。

被列为国家级风景名胜区。“三江并流”其景观主要有：三江并流、高山雪峰、峡谷险滩、林海雪原、冰蚀湖泊等。它是云南省面积最大、景观最丰富壮观、民族风情最多彩，但基本上是尚未开发的景区。同时，它还位于东亚、南亚和青藏高原三大地理区域的交汇处，是世界上罕见的高山地貌及其演化的代表地区，也是世界上生物物种最丰富的地区之一。

三江并流地区的主要特色是金沙江、澜沧江和怒江这三条发源于青藏高原的大江自北向南并行奔流 170 多公里，穿越担当力卡山、高黎贡山、怒山和云岭。“三江”中的金沙江是长江的上游，最终注入东海；澜沧江是湄公河的上游，最终注入南海；怒江则是萨尔温江的上游，最终注入安达曼海。后两条江为国际河流，尤其是澜沧江，由于流经 6 个国家（中国、缅甸、老挝、泰国、柬埔寨和越南）而被誉为“东方多瑙河”。其中澜沧江与金沙江最短直线距离为 66 公里，澜沧江与怒江的最短直线距离不到 19 公里。在地质构造条件控制下，金沙江、澜沧江、怒江自北向南纵贯全区，被紧束于 60~100 公里的狭窄地带，才得以构成世界上惟一的三江并流奇观，并造就了怒江大峡谷、澜沧江梅里雪山大峡谷和金沙江虎跳峡大峡谷。“三江并流”区域内，南北向的大江与大山相间排列，由西往东依次为高黎贡山、怒江、怒山（碧罗雪山）、澜沧江、云岭、金沙江、沙鲁里山。

——“金沙劈流”，金沙江江水切穿玉龙雪山和哈巴雪山，形成坡陡谷深的大峡谷——“虎跳峡”。峡谷长 16 公里，从江面至两岸雪山峰顶高差达 3000 多米，是中国最深的峡谷之一，也是世界上最深的大峡谷之一。虎跳峡，在云南省玉龙纳西族自治县（原丽江纳西族自治县）龙蟠乡东北。峡谷长 16 公里，南岸玉龙雪山主峰海拔 5596 米，北岸中甸雪山海拔 5396 米，中间江流宽仅 30~60 米。江流在峡内连续下跌 7 个陡坎，落差 170 米，水势汹涌，声闻数里，为世界上最深的大峡谷之一。

——长江第一湾，位于丽江市石鼓镇。在这里北来江水受岩石阻挡，掉头向东北急转，形成 V 形大湾。江面宽阔，适于渡江，相传诸葛亮“五月渡泸”、忽必烈“革囊以济”都是以此为渡口。金沙江的这一“转身”不仅仅是地理上的一个奇观，它对整个中华文明都有最直接、最深远的影响。澜沧江和怒江都流出国界，澜沧江流到老挝和泰国叫湄公河，怒江流到缅甸叫萨尔温江，她们孕育了东南亚的物产和文明。而毅然转身北上的金沙江，直愣愣地劈出金沙江大峡谷（虎跳峡），冲出玉龙雪山和哈巴雪山的阻挡，绕过玉龙雪山后，一路向东，又冲出三峡，汇入东海，与黄河等水系共同孕育了中华民族。

2. 澜沧江—湄公河

发源于青藏高原唐古拉山北麓，流至西藏的昌都之后称澜沧江。由西藏从德钦县流入云南，经迪庆、怒江、大理、保山、临沧、思茅、西双版纳等地州，从

勐腊县出境，境外称湄公河，经老挝、缅甸、泰国、柬埔寨和越南等5国，最后注入太平洋，有“东方多瑙河”之称。澜沧江全长4500公里，云南境内于流长1289.5公里，流域面积8.87万平方公里，占全省的40%左右。沿途景观主要有：与金沙江、怒江组成的“三江并流”，西双版纳澜沧江两岸的奇异风光等。

3. 怒江—萨尔温江

怒江又名潞江，发源于青藏高原唐古拉山南麓，流经西藏加玉桥后称怒江。它由贡山县进入云南，流经怒江、保山、临沧、德宏等4个地州，从芒市出境。怒江入缅甸后称萨尔温江，由莫塔马湾归入印度洋。怒江全长2820公里，在中国境内长1540公里，云南段长650公里，省内流域面积3.35万平方公里，占全省面积8.7%。由于江水流经云南时，多在怒山与高黎贡山之间深谷中，水急流飞，声如怒吼，故名“怒江”。怒江峡谷全长310公里，有“东方大峡谷”之称，是世界著名大峡谷之一。曾经是民族迁徙的走廊，如今还是多种少数民族的聚居地。多样的民族文化为它增添了神秘。在怒江峡谷，许多地方还保留着“溜索”过江的习俗。沿江著名景观除“三江并流”外，还有许多罕见的优美风景和生态景观，奇峰异石、珍稀动物植物极为丰富，是旅游和科学考察的重要场所和基地。^①

怒江流经云南贡山县丙中洛乡日丹村附近，由于王箐大悬岩绝壁的阻隔，江水的流向从由北向南改为由东向西，流出300余米后，又被丹拉大山挡住去路，只好再次调头由西向东急转，在这里形成了一个半圆形大湾，为怒江第一湾。湾中心有一个村子叫坎桶村，这里江面海拔1710余米，气势磅礴，湾上怒江台地平坦开阔，高出怒江500米，构成三面环水的半岛状小平原。坎桶村堪称峡谷桃源。丙中洛坝子东有扎拉桶村、南有贡当神山、西南有嘎瓦嘎普峰、北部的秋那桶村有那恰洛峡谷。扎拉桶村位于丙中洛坝子东面，因怒江环绕，成半岛状，岛上桃花甚多，故名桃花岛。贡当神山位于丙中洛坝子南面，是丙中洛十大神山之一。嘎瓦嘎普峰位于丙中洛坝子西南，是高黎贡山脉海拔最高的山峰。居住在山峰两边的独龙族和怒族均将此山视为自己始祖的发祥地而顶礼膜拜，藏族群众将其列为丙中洛十大神山之首。秋那桶村的那恰洛峡谷位于丙中洛乡北部的，是青藏高原与云贵高原转换地貌地带，地形独特，风光优美，是怒江峡谷中最大最美的峡谷，由此峡谷北上可抵西藏。

著名的奇峰有福贡利沙底的“石月亮”，在海拔3362米的一座高黎贡山顶，通着一个百米见方的圆形大窟窿，从几百里外远眺，在墨墨苍苍的山顶上，透过洞口窥望西边的明亮天空，宛如一轮高悬的明月。这个“明月”，当地人民称为“亚哈巴”，“二战”期间“驼峰”航线上的飞行员把它作为“航标”，并在民间

^① 周伟，钟摆上的怒江，中国国家地理，2007年第7期，第126页。