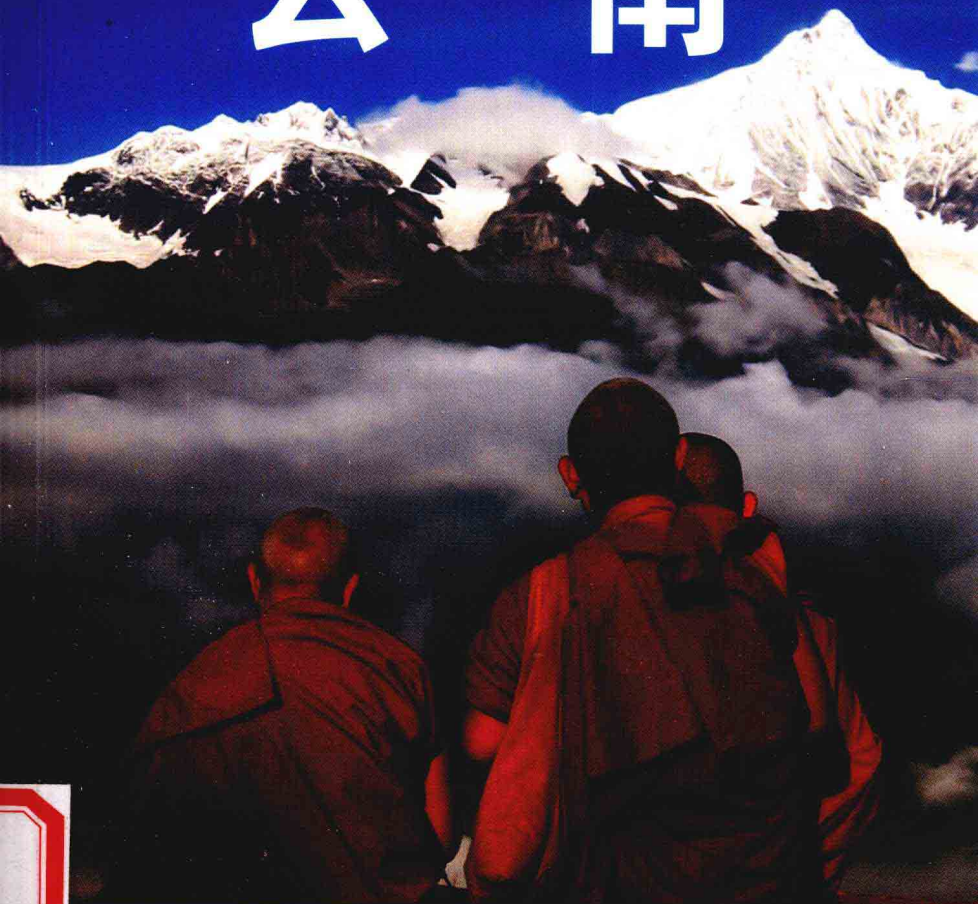


云南



86
幅地图

当地人的声音·重新解读云南

lonely planet

K928.974
Y465

云南

叶孝忠、易晓春、毛燕鸿、胡圳 著



生活·讀書·新知 三联书店

西藏自治区

香格里拉(见236页)

离开古城，到周边走走，徒步。登山或朝圣，原来这个世界真的有香格里拉。

梅里雪山(见251页)

如果不满足于看它，还能通过转山徒步来慢慢靠近它。

虎跳峡(见210页)

这个动辄就要穿越的时代，徒步虎跳峡绝对是走进了另一个时空。

怒江(见313页)

怒江的春天最温柔。杜鹃花开的季节，徜徉于青山绿水间让你忘记了城市里的家。

腾冲(见339页)

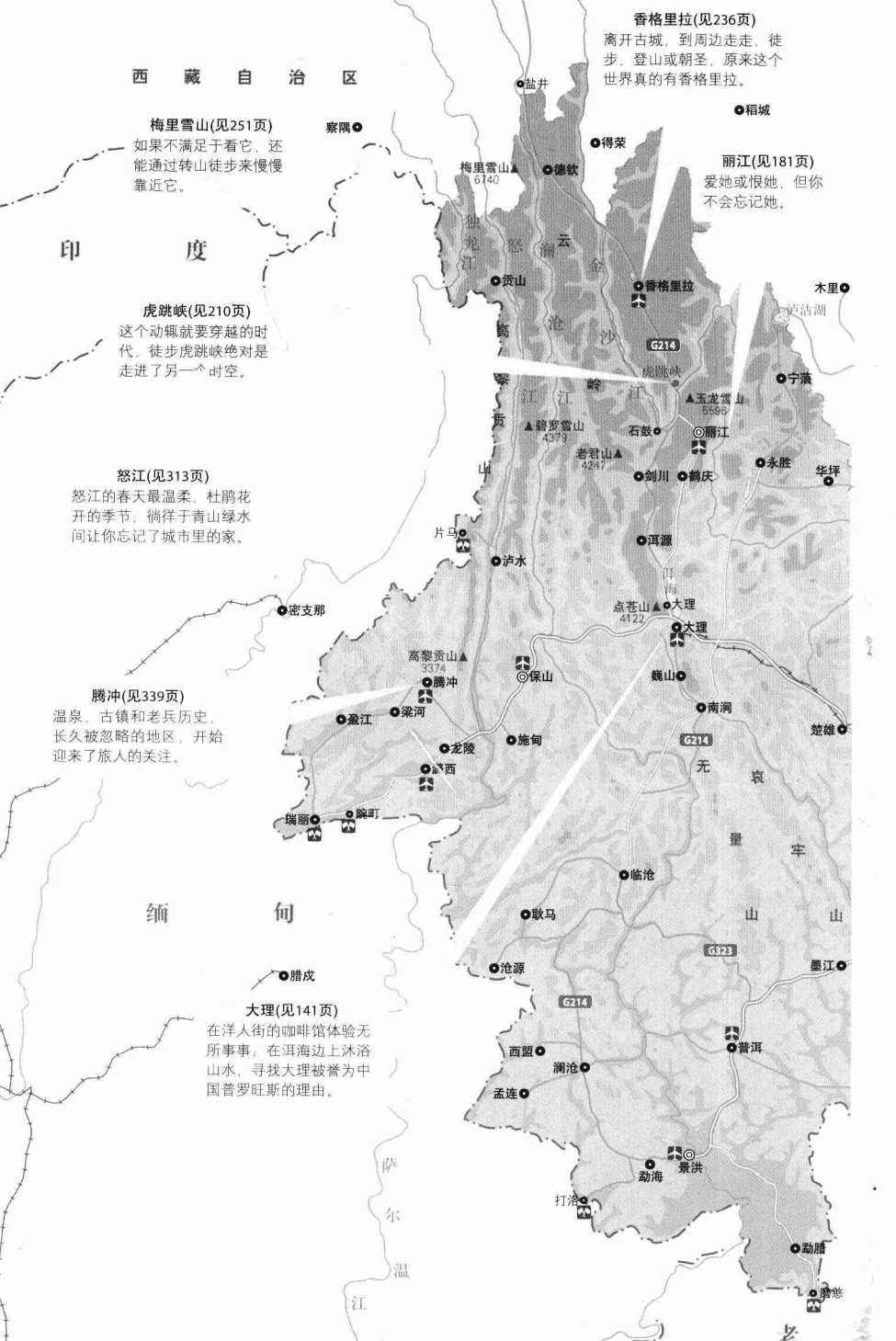
温泉。古镇和老兵历史。长久被忽略的地区，开始迎来了旅人的关注。

大理(见141页)

在洋人街的咖啡馆体验无所事事。在洱海边沐浴山水，寻找大理被誉为中国普罗旺斯的理由。

丽江(见181页)

爱她或恨她，但你不会忘记她。



▲贡嘎山
7556

四川省

●九龙

昆明(见87页)

从翠湖沿着正义路走到金马碧鸡坊。一路上你感受到的是正变化着的昆明，是传统与现代混杂在一起的五味杂陈。

●盐源



图例

—— 高速公路
—— 高等级公路
—— 国道
—— 省道



0 100 km

海拔

3000m
2000m
1000m
200m
0

东川(见119页)

大地是调色板，浓郁的色彩则是由面朝黄土背朝天的庄稼汉调配而成，浑然天成一块绚烂的红土地。

贵州省

建水(见372页)

保留完好的明清风格古镇，记得细数镇里各个不同造型的古井。再品尝建水的豆腐。

广西壮族自治区

坝美村(见409页)

山穷水尽疑无路，真像陶渊明笔下的桃花源。

元阳(见363页)

看晨曦中的梯田。阳光撒在通往天堂的阶梯上，哈尼族色彩斑斓的集市也千万不要错过。

越南

红河



易晓春 作者

» 徒步虎跳峡，一个人在山间迷了路，幸好遇见一牵马的当地孩子下山驮粮食，由此有了向导，亦步亦趋地跟着。孩子仅12岁，辍学在家帮忙干农活，用他的话讲，在这荒僻之地，活着已不易，哪还有闲钱读书。下山途中，马蹄磕着路面，会扬起大团的尘土，人随后只有披土吃灰的份儿。孩子每每都会让我走在前面，他在后面指点路径，山里人腿快路熟，时而会抄小径快步下到前去，也会在路口停住，让我先行，继续下一段的路程。就这样走走停停，孩子一路护送我下到公路，临别还不忘嘱咐天色已暗快些赶路。在云南，时时会碰见这样淳朴善良的人，一面之缘甚至不知姓名，但却永生难忘。

胡圳 作者

» 看庭前花开花落，望天上云卷云舒——寻找此境，应该来云南。尤其是七八月雨季的大理，那些云朵轮廓清晰，又富于变幻。我家背后的苍山，似乎是云的发源地，不断把云推送到洱海的上空。雨季的上午，山坡湿润的地面常腾起云雾，慢慢地抬升，成了苍山的玉带。又常有强烈的阳光破云而出。雨季里花儿也开得茂盛，最雨季的花，当属波斯菊。何况还有彩虹，常在骤雨初晴后降临。时当云南大旱，六十年不遇的大旱，所以更加想念雨季，尽管2009年的雨季曾为我的踩线工作添了诸多麻烦。



毛燕鸿 作者

» 到达建水，是在一个清寂的午夜。乘坐出租车去往预订的客栈时，窗外的风景让我忽然着迷。端庄的老房子、清凉的石板路，古城内一水儿明清风格的景观，加上迷离恍惚的夜色，仿佛一下子穿越时空到了数百年前。而次日游览朱家花园并下榻园内客房时的目迷五色，更给了我更多的理由，来建水的确是这次漫长行旅中最大的惊艳。想必每个女生小时候都画过古装工笔仕女吧，那些细密的线条和绚丽的色彩，极尽精致不厌其烦，显然早已把画中人当成了盛装的自己。我一直坚信这个童年梦想迟早会实现，但却从未料到，这次不期然的梦想成真，竟是在一个鞋底和裤腿还沾满泥土的日子，刚从万亩梯田徒步归来的第二天。

» 详细作者简介，见451页



负责任的旅行»

正如你所看到的，旅游业已经极大的影响了景区以及周围的居民。这些影响带来最直接的反应就是，一些景区人头攒动、垃圾遍地、商业的入侵让传统文化备受侵害，而举止粗俗的旅行者四处可见。于是，一些旅行者哀叹，又一个地方被过度开发，又一个地方被毁了。其实，作为旅行者，我们是不是对此也应负有责任？是不是一些我们不知道或不在乎的行为导致了这些变化？

无论走到哪里，对我们而言，负责任的旅行态度都是不可或缺的。换言之，应当是以一种心怀尊重，以一种对当地文化、环境以及居民都有益的方式来旅行。你的消费可以给人们带来就业机会，也能使当地获得绿色的可持续发展可能性。不仅仅是金钱，你的态度也会让事情变得不同，比如尽量购买当地人手工制作的小工艺品而不是旅游商店里商业气息浓厚的工业化产品。与一些大声喧哗、举止粗俗的人相比，留给人们一个好印象并不难，但你完全可以再进一步，做一个能产生正面影响的游客。只需要些许的文化敏感性、公益意识和环保意识，你就能成为受欢迎的游客。

下面的一些小贴士可以确保你做到保护和支持你的旅行目的地的环境和社区。

- » 多了解信息 多读一些关于你的目的地的读物，这样你会更加理解当地的政治、经济和文化差异。
- » 照相前先询问 不要让拍摄照片的欲望控制你自己。除非获得允许，否则不要拍摄私人或者宗教活动。
- » 不要太吝啬 现实的看待物价，将砍价当作游戏对待，不要过分执着。别让部分游商或摊主导致你不相信任何人。随身携带一些小礼品，分给需要的人。
- » 造福于当地社会 确保你的消费对当地经济做出贡献。住当地人开的旅店、或者家庭旅馆；吃路边摊和家庭餐馆；喝当地啤酒；使用公共交通工具等。要从当地手艺人那里直接购买工艺品。
- » 尽量节约能源 使用水、电和燃料时要节俭。尽量步行、骑车或者采用公共交通工具。
- » 不要到处扔垃圾 使用可降解的产品，把包装袋，特别是废旧电池带回家。问一下你住的宾馆或旅馆，他们是否有绿色环保政策，他们怎么对待废物回收，怎么减少废弃物和污染。
- » 不要买濒危物种制成的纪念品或者食品 包括珊瑚、野生动物或者某些森林制品。
- » 尊重当地文化和传统 不论是在沙滩上还是在宗教场所，都不要因手势或穿着而触怒当地人。在出发旅行前，学习一些基本常识。如和当地人一起吃饭喝酒的时候，要确认你知道怎样是礼貌的，怎样是粗鲁的。而对女性游客而言，无论你是否喜欢，一些地方人们希望女性游客的行为要遵循一定的规范，而当地妇女也希望得到规范的对待。例如，女性通常不被允许进入清真寺的祈祷厅。

参考网站：

<http://www.cleanair.net.cn/> 教你如何绿色出行。

<http://www.wwfchina.org/> 世界野生生物基金会中国网站，关注环境保护问题。

<http://www.ifce.org/> 国际中国环境基金会（IFCE）。

<http://www.fon.org.cn/> 自然之友，中国最早在民政部门注册成立的民间环保组织之一。

<http://www.laji.org/> 关注于“行动起来，清洁地球”的公益组织。

<http://www.1kg.org/> 个人创办的旨在让行动改善乡村教育。

<http://www.baixi.org/> 国内一个专注于助学助教的民间组织。

亮点»

01 | 梅里雪山

» 一大早就起床看梅里雪山（见 251 页）的日出，飞来寺的观景台已经布满了“摄影大师”们的脚架，等待梅里雪山的“赏脸”。我们十分幸运，阳光镀在梅里雪山上的画面只维持了几分钟，不久就被云雾遮蔽了。摄影师们马上散了，只有虔诚的藏民依旧对着它膜拜，对他们来说，即使没有看见雪山，梅里的地位还是神圣不可侵犯的。

陈叔 / 旅行者



CFP / 提供



谢昱 / 摄

02 丽江

在東巴文化研究所遇见一位 80 多岁的东巴（纳西族祭司）和开祥，他穿着便装，全然没有照片上头顶高冠、一身红袍的威严模样。东巴祭司一职以父子传承或师徒相传，此时老人正在耐心地教两个十来岁的孙子学写东巴文，兄弟俩认真地在簿子上画着象形图案。那古城老人、孩童及近乎失传的象形文字，构成了我心中难忘的丽江（见 181 页）。

赋格 Lonely Planet 作者

03 大理

大理周边不少古镇还保留着原生态，我特别喜欢巍山（见 166 页），古建筑保存得十分完好，当地的传统和风俗也保存了下来。记得一次出席一个白族朋友的婚礼，作为嘉宾，我们也品尝了白族传统迎客的三道茶，第一道苦茶，真的是难以下咽的苦，是我喝过最苦的茶，和一般游客喝的不同，这样才能真正感受到三道茶先苦后甜的意义。

李晓斌 云南媒体人



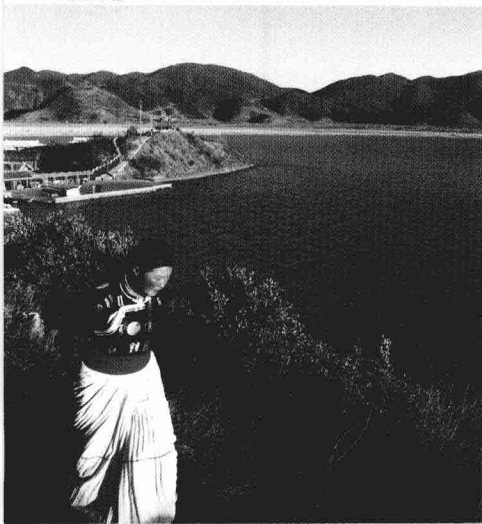
关海彤 / 摄

05 独龙江

去年秋天在独龙江（见 328 页）住了两个月，每天都吃有机的食品（当地人根本买不起肥料），不知不觉肚臍也消失了。独龙江不仅没有网络，连手机信号也时有时无，生活还原为生活，开始时很不习惯，后来才发现偶尔在人间蒸发也是一种乐趣。我去独龙江是为了拍摄纹面老人，现在乡里只剩下 30 多位纹面老人，年纪最小的也已经 60 多岁了，估计不久后纹面文化在中国将会完全消失。

马未啸 摄影师

谢里 / 摄



04 腾冲

这是滇西抗战最重要的战场之一，在和顺的国殇墓园（见 340 页）看见一排排的墓碑，谁都会禁不住被这画面打动，在这美丽的山坡上，埋藏着无数哀伤的故事。由民间筹建的滇缅抗战博物馆展示了马鞍、武器等展品，作战装备看起来都十分简陋，却令人深切地感受到那个时代人人为保卫家园而迸发的激情。

陈鹏 新华社云南分社文体部主任



马未啸 / 摄

06 泸沽湖

很多旅行者都期待在这里发生艳遇，而大多数人都是失望而归。我和一些当地人闲聊，一些较为传统的摩梭人也很讨厌外地游客用异样的眼光看他们。我特意选择入住一个能看得见湖光山色的房间，那几天天气异常好，天总是蓝的，水纹风不动，清晨的阳光特别漂亮，当地的美景就是我每天的艳遇（见 209 页）。

赵兵 旅行者



余斐 / 摄

07

罗平花海

» 油菜花田也许别处也有，但只有罗平（见 417 页）的花海才会这么灿烂，把大山、河流和村庄都染成了金色。无论你看过多少罗平的照片，都不会比置身于 30 亩花海中更叫人兴奋。云南人懂得欣赏大自然，也懂得如何善用大自然来创造美，云南梯田如此，油菜花田也是经过人手和汗水一亩亩种植出来的，那么的不经意，却也那么的美。

周重林 云南大学茶马古道文化研究所研究员



严俊羿 / 摄

08

元阳梯田

» 哈尼人的节庆和其农耕文化很有关系，我曾经到元阳（见 363 页）参加过最正宗的十月节，那是当地老人根据传统历法来计算的，为稻米收割后的一个盛大节日，现在为了搞旅游，每逢长假都会有十月节摆长街宴，这不只令游客无法深刻地了解节庆的意义，甚至会影响当地年轻人对其习俗的理解。正宗的长街宴家家户户都提供一律的菜色，这样就算是经济较为困窘的人家也不会觉得没面子。

钟峪 绿色和平工作人员



CFP / 提供

09

火把节

» 在大具乡,有幸赶上了火把节(见 193 页)的最后一天,天落黑时被客栈主人指引到主街,街是燃烧着的,到处是火光。嬉闹的多是孩童,一人执一火把,见人就会将松香粉对着火焰喷向你的腿脚,“轰”一声从手上跳出个火球,照古意习俗是给人燎去身上的晦气,祛病消灾。想避免被喷就得蹲下,但一不小心,裸露的小腿还是被火吻到,毛焦皮烫,火辣辣的。

易晓春 Lonely Planet 作者



莫丽红 / 摄

10

昆明翠湖

» 一天到晚都有老人和年轻人在翠湖公园(见 93 页)里唱老歌、跳舞、弹琴、练太极拳、放风筝、遛狗或聊天。如果阳光太强烈,我会坐在竹林和柳树下的凳子上,赏荷花或红嘴鸥。昆明的节奏比中国其他城市慢,而翠湖的节奏更慢。逛完翠湖后,可以在钱局街逛街或到文林街喝咖啡。爽!

Chris Horton 网站GoKunming.com的创办人

11 云南古镇

» 虽然不少云南古镇正在改变，但当地人还保留了独特而传统的生活习俗。在孟连（见 295 页）娜允古镇的中城佛寺有幸碰见了一场“拴线”仪式，佛堂中老者们围坐成一圈，一根白线绕行于老者手中，中央跪坐着一位傣族小女孩，双手合十，聆听一位长者的告念，据说长者能由此将幸福传递给后辈，与其灵魂拴在一起。

柚子 旅行者

谢翌 / 摄



12 西双版纳

» 热带雨林和傣族人一样热情。我曾经带着 10 多人的队伍穿越勐腊保护区（见 288 页），一路披荆斩棘，看到硕大的板根、绞杀树、望天树、独树成林，潺潺的小溪边，有很多在饮水的野生动物，仿佛童话故事一般。西陲的太阳落入森林时，我们站在山顶，远眺掩映在一片绿色的海洋中连绵起伏的群山。后来，我们走进一个傣家村落，小伙子在欢唱，而傣家姑娘则跳起了美丽的舞蹈！

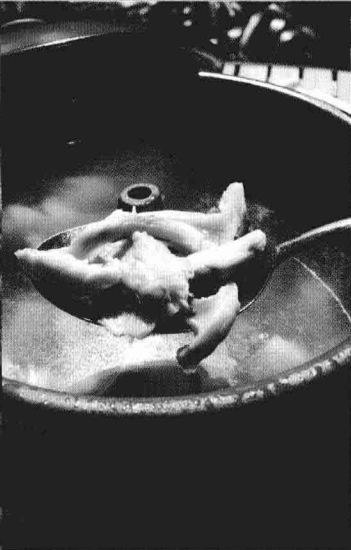
风人 户外俱乐部经营者

谢翌 / 摄





多娜 / 摄



多娜 / 摄



CFP / 提供

13

美食

» 受多种菜肴影响的云南菜是一道靓丽的风景，吃大理的烤乳扇，老外们也惊讶连奶酪也能烤着吃，因此云南菜可以说是国内的混合菜系。最难忘的是在西双版纳吃虫子的体验，把它们放进嘴巴里的确需要勇气，虫子的味道其实像炸虾米一样香脆，在路边摊买了冰啤酒配上这些具有云南特色的小吃，是云南最独特的美食体验（见 80 页）。

张兰宇 旅行者

CFP / 提供



14

野生动物

» 一想起在高黎贡山拍摄白眉长臂猿，耳边便传来长臂猿的叫声。我们每天清晨 7 点出发寻找白眉长臂猿，阳光洒在原始森林的画面令人难忘，长臂猿的叫声更是静谧自然中最和谐的声音。旅行者跟着这些叫声就能找到长臂猿。在云南看野生动物需要耐心和毅力，就算无功而返，徒步于大自然中，感受依旧是最好的（见 75 页）。

王放 摄影师

写在前面

Lonely Planet 是旅行指南图书的耀眼品牌，说它改变着人们的旅行观念，恐不为过。在中文里面，常说外出旅行是“观光”、是“出游”，是“旅游”。这些说法固然不错，但 Lonely Planet 告诉我们，这远远不够——旅行是一种新的生活方式，它激发我们的好奇心和不断发现新奇或不同事物的渴望；它促使不同地域、不同国家、不同民族的人们相互接近；它要求我们负责任地旅行，善待目的地陌生的环境和独特的文化……被《纽约时报》称之为“指导奇怪的人去奇怪的地方的专家”的 Lonely Planet 的创始人托尼·惠勒（Tony Wheeler）认为，一本好的指南书必须做到三件事：首先，它必须能救你的命（比如，当你午夜到达一个远僻的地方时，它能告诉你怎样安全地住下）；第二，它可以引导你，让你成为一个更好的旅行者；第三，它一定是有趣的，可以帮助你得到快乐。托尼·惠勒还告诉我们，旅行比你想象的要容易，你会发现，素不相识的陌生人对于在路上的旅人会表现出难以置信的友善，并给你提供帮助。其实最难的只是——上路。

2003 年夏天，三联书店与 Lonely Planet 不期而遇，2005 年夏天，签订合作协议，2006 年夏天，翻译成中文的 Lonely Planet 国际旅行指南开始出版，至今已出版了近 50 种遍布全球的旅行指南，接下来我们还有更多的出版计划，同时仍会不断更新现有的版本。由于这项工作的开展，我们与各地的旅行者，尤其是那些“特立独行的旅行者”成为朋友。与此同时，合作开发中国国内旅行指南的计划也开始付诸实施了。翻译出版 Lonely Planet 国际旅行指南已经是一项十分艰难的工作，而由三联书店组织作者，Lonely Planet 培训并指导作者采访写作的全过程，使新创制的中国国内旅行指南达到 Lonely Planet 国际旅行指南的水准，则是一项更为艰难的工作。经过近 20 个月的不懈努力，我们亲手制作的中国省域旅行指南终于出版了。那一刻，所有参与创制者，以及我们的合作者和朋友们都沉浸在欣喜中，那看上去有趣又有用的新的旅行指南，恰似新生儿婴儿，通体光鲜，生机蓬勃，眼睛很亮，嗓门很大，蹒跚着，就要随着旅行者一起上路了。

三联书店和 Lonely Planet 都是具有优良传统的出版公司，都有着鲜明的理念，不甘于平庸，都有着竭诚为读者服务的由衷愿望，决心为旅行者出版更符合他们需求的旅行指南。随着时间的推移和越来越多中国旅行指南的出版，我们将和旅行者一起分享新的发现、新的人生，以及由此带来的激情和欢乐。

生活·读书·新知 三联书店

LONELY PLANET 的故事

Lonely Planet 的传奇首先源自于一次经典的探险旅行，那是 1972 年，年轻的托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇（Tony & Maureen Wheeler）从伦敦出发，穿越欧亚大陆到达澳大利亚。他们几乎已身无分文，在打工过程中，有很多想要自助旅行的人不断询问他们此次旅行的情况和遇到的各种问题，因此他们决定写一本旅行手册，以满足更多人的需求。第一本 Lonely Planet 旅行指南——《便宜玩转亚洲》（*Across Asia on the Cheap*）是在厨房的饭桌上完成的，之后托尼和莫琳夫妇亲自到当地的书店上门推销。这本书一面世，立即成了畅销书。

接着，他们又用了 18 个月的时间重访东南亚，这次旅行诞生了第二本手册——《东南亚》（*South-East Asia on a Shoestring*），后来成为同类书中最受欢迎的一本。直到今天这本书仍在销售，已经更新到了 15 版，但封面一直保留着独特的黄色（当年第一版的时候，这本书在全世界被亲切地称为“黄色圣经”）。

从厨房餐桌起步的 Lonely Planet 如今已成为世界第一旅行出版商。目前，Lonely Planet 在澳大利亚墨尔本、美国奥克兰、英国伦敦设有自己的办事处，400 多名员工全都是热爱旅游的旅行者。

现在，Lonely Planet 已出版了 600 多种旅行指南，涉及范围几乎覆盖了全世界的每个角落。产品在 200 多个国家销售，是欧洲、美国和亚洲一大洋洲地区旅行指南的首选品牌。Lonely Planet 旅行指南系列定位全球，提供准确、详细、可信的信息，书中的所有信息都是由来自 40 多个国家的 350 多名专业作者亲身到当地调查所得，并撰写成书的。Lonely Planet 旅行指南已经陪伴世界上数千万的旅行者踏上了他们的旅程。旅行者信赖 Lonely Planet，是因为 Lonely Planet 的先驱精神，因为 Lonely Planet 可以提供有深度的目的地介绍，因为 Lonely Planet 的指南十分实用，而且充满宝贵的旅行小窍门，还因为 Lonely Planet 坚定不移地保持其独立性。Lonely Planet 指南不含任何广告，它是由旅行者写给旅行者的，通过论坛和每周 1000 封的来信，它和旅行者保持着极为紧密的联系。

如今 Lonely Planet 的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇每年仍然花几个月的时间四处旅行，并依旧积极地参与旅行指南的制作及公益活动等。Lonely Planet 相信，通过负责任的旅行，包括环保的旅行方式及尊重当地文化的旅行态度等，旅行者能为他们到访的国家作出积极的贡献。他们不但能欣赏和了解这个国家的文化、野生动植物和自然风光，还可以在当地社区消费以帮助当地的经济，让旅行变成一股积极、正面的力量。

Lonely Planet 热切地期望能帮助人们走到一起，共同分享彼此的经历，丰富每个人的生活，其重点仍然放在自助游上，以便帮助旅行者亲身探索和更好地理解这个世界。Lonely Planet 从未改变当初撰写和出版《便宜玩转亚洲》时乐观、主动以及富有冒险精神的理念。正如托尼·惠勒 30 多年前所言：“当你下定决心准备出发时，最困难的时刻就已经过去了。那么，出发吧！”

如何使用本书

使用 Lonely Planet 旅行指南最让人开心的，就是你可以选择任何自己喜欢的旅行方式。Lonely Planet 相信，旅行中最难忘的经历往往是那些出乎你意料的事情，而最激动人心的发现也往往源于你自己亲身的寻觅。旅行指南不是教科书，旅行的主人是你自己。

关于内容

所有 Lonely Planet 旅行指南系列的形式基本一致。开头的章节是由专家撰写的关于目的地的历史、环境、文化等背景介绍。之后是作者写作的目的地章节（书的主要部分），各章节形式统一，总是以背景开始，然后是介绍景点、住宿、餐饮、娱乐、购物、交通，以及目的地周边的相关信息。接下来的“出行指南”提供了多方面的出行信息，如住宿的选择、购物、气候、活动等；“健康指南”部分，关注呵护着你的出行健康；“交通指南”部分，为你的旅途提供了各种交通的信息。书中还穿插了根据内容提炼的亮点和反映“当地人的声音”所进行的人物采访，以及图文并茂、深入生动的精彩主题。

关于标题

Lonely Planet 旅行指南系列的标题有着严格而标准的递进结构，就像你所熟悉的俄罗斯套娃一样，一环套一环。每个标题及其所引领的下文都包含在更高一级的标题下。

如何开始使用

使用 Lonely Planet 旅行指南，并不需要从头读到尾，旅行者可以有针对性地选择重点，获取自己所需的信息。

你可以从“目录”和“索引”入手，这样可以方便地快速查看自己需要的信息。

也可以从书前的彩色地图入手，这些都是目的地的亮点，并在具体内容章节中有更详细的介绍。介绍每一个大的区域前，通常都以定位地图和另一个该地区特有的“亮点”列表作为开头。一旦你在“亮点”列表中发现感兴趣的项目，就可以利用书中提示的页码，查到更详细的描述；或者使用“索引”，寻找更详细的内容。

关于地图

地图在 Lonely Planet 旅行指南系列中扮演着极为重要的角色，每一本书中都囊括了大量有价值的地图。

地图上的图例在最后一页有说明，容易查找。同时 Lonely Planet 尽力保持了地图和文字间的联系，正文中出现的每一个重要地点都会相应地出现在地图上。利用坐标，可以很容易地找到你想找的地点。

虽然旅行指南中提及的内容总是带有推荐的意味，但我们不可能把所有值得推荐的好地方都列出来。没有介绍的地方，并不意味着不好，而是由诸多原因造成的，也许可能仅仅是因为不适合鼓励旅行者前往，或许这些地方需要你自己去体验与发现。

目 录

在路上	4	当地交通	113	大理古城周边	156
负责任的旅行	5	昆明周边	113	苍山	156
亮点	6	斗南花卉市场	113	环洱海	158
目的地：云南	20	安宁温泉	114	才村	159
旅行准备	23	石林	115	大理古城到喜洲	160
旅行线路	29	九乡风景区	118	喜洲	160
历史	34	东川区	119	周城	163
文化	51	玉溪	122	沙坪	164
少数民族	61	抚仙湖地区	123	双廊	164
环境	69	楚雄	127	挖色	165
饮食	80	楚雄市	127	南诏德化碑	165
昆明、玉溪和楚雄	85	黑井	128	漾濞	165
昆明	87	元谋	130	漾濞周边	166
历史	90	元谋周边	130	巍山	166
气候	91	茶马古道	133	巍山周边	168
方位	91	大理	141	云龙	170
实用信息	91	下关	143	云龙周边	170
景点	93	大理古城	148	邓川坝子	172
活动	101	历史	148	下山口温泉	173
住宿	102	方位	148	洱源	173
就餐	104	实用信息	149	凤羽	174
饮品	108	危险和麻烦	150	牛街	174
娱乐	109	景点	150	甸南	174
购物	109	活动	152	沙溪	175
到达和离开	110	团队游	152	沙溪周边	177
		节日和重大活动	152	剑川	178
		住宿	152	云南驿	179
		就餐	152	鸡足山	179
		饮品	152	丽江	181
		娱乐	152	地理	184
		购物	152	气候	184
		到达和离开	152	民族	184
		当地交通	156	丽江（古城区）	184
			156	历史	185
			156	方位	185
			156	实用信息	186