

背包里的彩云之南

我用十年走云南

沈泓 著

独自旅行需要很多条件吗？
不！一双脚、一部相机、
一点点勇气！仅此而已。

各种交通工具，
飞机、客车、摩托车
乃至拖拉机，
都可以带我们去到梦想的地方，
只要我们真的想去。



一个人，
一部相机，
一个背包，

翻越崇山峻岭，穿过湖泊河流，
独自行走云南全境。

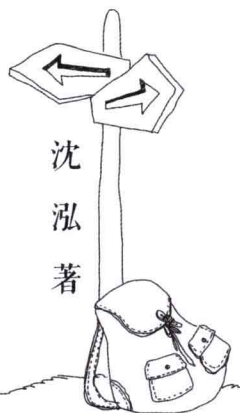


武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE



背包里的 彩云之南

我用十年走云南



沈泓 著


武汉出版社

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

背包里的彩云之南：我用十年走云南 / 沈泓著. -- 武汉：武汉出版社，2012.7

ISBN 978-7-5430-7008-0

I. ①背… II. ①沈… III. ①游记—云南省 IV. ①K928.974

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 109704 号

著 者：沈 泓

责任编辑：李艳芬

封面设计：张龙梅

出 版：武汉出版社

社 址：武汉市江汉区新华下路 103 号 邮编：430015

电 话：(027) 85606403 85600625

<http://www.whcbs.com>

E-mail: zbs@whcbs.com

印 刷：北京阳光彩色印刷有限公司 经销：新华书店

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：16 字 数：320 千字

版 次：2012 年 7 月第 1 版 2012 年 7 月第 1 次印刷

定 价：38.00 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题，由承印厂负责调换。

第一章

/ 001

春城，彩云之南的呼唤

第二章

/ 025

那些回不去的玉溪历史

第三章

/ 034

华宁，让温泉把疲劳洗净

第四章

/ 045

佛城里面故事多

第五章

/ 055

凉爽的泸西小春城

第六章

/ 061

迷失在陆良的彩色沙林

第七章

/ 087

雄浑原始的楚雄之美

第八章

/ 115

祥云，“云南”的故乡

第九章

/ 123

追寻千年的南诏之梦

第十章

/136

弥渡，《小河淌水》的故乡

第十一章

/142

那些大理的风花雪月

第十二章

/156

好事多磨的周城之旅

第十三章

/167

丽江，偶遇浪漫的柔软时光

第十四章

/185

建水，不起眼的文化名城

第十五章

/194

元阳那惊艳的哈尼梯田

第十六章

/210

小夜曲一样柔美的西双版纳

第十七章

/229

发现潞西之美

第十八章

/241

保山，昔日战场的宁静

春城，彩云之南的呼唤

第一章 /

第一次到云南，还是在对越自卫反击战后期，大约是1987年，我随一个慰问团到老山、者阴山慰问参战官兵。尽管穿行在战火硝烟中，但云南的山清水秀、蓝天白云，和绚丽多彩的少数民族风情仍然给我留下了深刻的印象。

当时还没有自助游之说，更没有背包客、驴友这类字眼，但从此，云南风景和云南风情深深吸引着我，呼唤着我，牵引着我，乃至后来六入云南，几乎走遍云南全境每一个县。确实，云南是中国自助游的最佳目的地，即使今天在远离云南的千里之外，在静夜，在我的书房里，我也常常好像看到无数的彩云向我翻腾涌来，如排山倒海。我知道，那是彩云之南的呼唤。

已经说不清到过昆明几次了，这么多年六入云南，我每次都是以昆明机场为第一站，除了第一次住了近十天，游遍了滇池、西山、大观楼等风景名胜，后来五次到昆明，在昆明逗留的时间都不过一两天，之后匆匆奔赴云南各地。

昆明无疑是个宜居的城市，主要表现在三个方面：

一是四季如春，气候适宜居住。昆明地处云贵高原中部，市中心海拔1891米。南濒滇池，三面环山，年平均气温15℃，气候温和，夏无酷暑，冬不严寒，四季如春，气候宜人，是极负盛名的“春城”。

二是消费低廉。昆明地处祖国西南角，经济不发达，因此物价不高，可以说，昆明是全国消费最低的城市之一，这是背包客喜欢它的重要因素之一。

三是节奏缓慢，生活悠闲。昆明尚属现代化程度不高的城市之一，人们对现代竞争还没有什么概念，速度不高，节奏不快，生活舒适悠闲，因此也是幸福感最强的城市。

自助游爱好者喜欢昆明，除了以上三条理由，还因为这里民族风情浓郁，

全省26个民族在昆明都有居住，同时，昆明有两千四百多年的历史，是云南省政治、经济、文化、科技、交通的中心，同时也是我国著名的历史文化名城和优秀旅游城市，吸引着天南地北的旅行者。

我身边就有不少朋友因为喜欢昆明，几乎每年都要到昆明去度假，有的朋友甚至因喜欢昆明，而在昆明买房买别墅，作为度假和退休之后的理想居住地。

滇池、西山、大观楼，昆明的传统地标



▲滇池俯瞰



▲ 鸥鸟翔集滇池之上

到昆明旅游，一般首先要去的就是滇池。滇池秀丽的风光、迷人的景色吸引了无数的中外游客，被称为云贵高原上的一颗明珠。

滇池确有魅力，能让人兴奋。我第一次到昆明滇池是在20年前，当时滇池的水是清澈的，商业气息也没有如今这么浓郁，尚未完全开发的湖景，就像清水出芙蓉的清秀少女。

而随着开发的成功，景区往往开始打广告宣传“成熟景区”，在我看来，这成熟其实是脂粉气的，或许还意味着人老珠黄。当初纯朴未琢的天真烂漫之气全无，到处是声色噪音，乃至了无生趣，令人烦躁。

如今的滇池我没有再去游玩，时常看到报道说滇池被污染了，或者浮藻连天，湖水不再清澈，担心曾经清澈的印象被污染，美好的回忆变成浮藻堆积的遗憾，所以，不敢再去。



▲滇池上也架起了缆车，不知是该喜，还是该忧

但滇池毕竟是滇池，听说当地已经采取措施保护水质，滇池仍是游客到昆明必去的首选。

在滇池的岸边仰卧着一个“美女”，这就是著名的西山。

传说，很久以前有一位公主耐不住宫中寂寞，偷偷溜出王宫，与一小伙结为夫妇。后来，国王拆散了这一美满姻缘，并用计将小伙子害死。公主悲痛欲绝，痛哭不止，泪水汇作了滇池，她也仰面倒下了，化作了西山。现在的西山是一座森林公园，昆明人有“三月三，耍西山”的习俗，每到阳春三月这里便热闹非凡。

在昆明还有句话叫“不耍西山等于不到昆明，不到龙门只是白跑一趟西山”。西山的“龙门胜景”是云南最大、最精美的道教石窟，以“奇、绝、险、幽”的特色力压西山众多名胜，排在了首位。

既然来了西山，还有个地方是很值得一去的，那就是聂耳纪念馆。

聂耳是土生土长的云南人，他的墓位于南洋华侨机工抗日纪念碑与三清阁之间的山坳里，呈钢琴形，庄严大方，7个花台表示7声音阶，24级石阶表示聂耳享年24岁，构思相当奇巧。墓前有用汉白玉雕成的聂耳像，站在雕像前，我的头脑中不禁浮现出当年中国人民在《义勇军进行曲》的鼓舞下团结抗战、前赴后继的光辉岁月。



① ②
③



- ① 登西山
- ② 西山龙门
- ③ 聂耳墓前的聂耳雕像

从聂耳墓往南一公里，便会发现在绿树丛中点缀着琼楼玉宇般的一组亭阁，这便是三清阁了。对道教文化感兴趣的朋友，恐怕会流连忘返。另外，位于西山之腹的华亭寺，位于西山的最高峰——太华山的太华寺，也是我非常喜欢的。

面临滇池，远望西山的大观楼位置很好，尽览湖光山色，也是个颇受游人欢迎的地方。

大观楼始建于康熙年间，民国初年，大观楼被辟为公园，唐继尧曾拨款修葺。1940年，这里仿照西湖的“三潭印月”在楼前池中竖三个白石墩。

到了大观公园，无论对书法有没有研究，都该去看看清代名士孙髯翁撰写的180字“古今第一长联”。对联全文是：

“五百里滇池，奔来眼底。披襟岸帙，喜茫茫空阔无边！看：东骧神骏，西翥灵仪，北走蜿蜒，南翔缟素。高人韵士，何妨选胜登临，趁蟹屿螺洲，梳裹就风鬟雾鬓；更蘋天苇地，点缀些翠羽丹霞。莫辜负：四围香稻，万顷晴沙，九夏芙蓉，三春杨柳。

数千年往事，注到心头。把酒凌虚，叹滚滚英雄谁在？想：汉习楼船，唐标铁柱，宋挥玉斧，元跨革囊。伟烈丰功，费尽移山心力，尽珠帘画栋，卷不及暮雨朝云；便断碣残碑，都付与苍烟落照。只赢得：几杵疏钟，半江渔火，两行秋雁，一枕清霜。”



▲大观楼正面，门边是著名的长联

上联洋洋洒洒地赞美了云南的景色，下联慨叹了云南的历史，寥寥几字就写清了秦、唐、宋、元在云南发生过的大事。

每逢佳节，这里常举行游园联欢，载歌载舞，人山人海，有时还举办传统灯会。中秋之夜，在大观楼俯视楼前水面，本地人称“长联印月”，如果赶在中秋节来昆明，一定要到大观公园赏月游湖才算不虚此行。

人潮汹涌的圆通寺

到昆明，我最爱去的是圆通寺，不仅因为香火十分兴旺，在东南亚享有盛名，更因为这里是昆明民俗艺术集中的地方。

通常我是游完了云南各处的古村古镇等名胜古迹后，回到昆明准备返回时，才到圆通寺。记得最后一次到昆明，我从汽车站直接乘车到圆通寺，花了一个多小时，得以饱览昆明市区的街景和现代建筑。



▲圆通寺旁热闹的香火一条街

圆通寺旁有一条小巷，是卖香火的地方，还有民间纸马在地摊上摆卖。这里人山人海，人潮汹涌，自行车摩托车小轿车汇成的车流，在人潮中比乌龟爬行还慢。所以，到圆通寺小巷买纸马似乎是一场战斗，要在人潮汹涌中拼杀，才能挤到卖纸马的摊位前。

圆通寺是一座黄色屋顶的寺庙，位于螺峰山下，与圆通山相连，是云南著名的古刹之一。

圆通寺建筑奇特，背依山岩，随坡而下，层层构筑，巍峨壮观，以其精美的雕梁画栋和佛教造像而著称。南诏时称为“补陀罗寺”，意为“观音寺”，后在元朝初年的战火中损毁。元大德五年(1301年)僧圆照重建，改称“圆通寺”。

“圆通”为观音的法号，意为“明白”。

圆通寺大门“圆通胜境坊”，为明黔因公沐英所建，明、清两代不断修葺。康熙七年(1668年)藩王吴三桂扩建时，将大门移至街前。

到了圆通寺可要仔细看看，这里不仅汇集了汉传佛教、藏传佛教、南传佛教，而且佛道并存，不知道全国是不是独此一家呢？

Tips 正在消失的纸马

纸马是我国民间祭祀时用来焚烧的雕版印刷品，在我国有着悠久的历史，不过如今在大部分地区已经成了历史遗迹，而在云南依然能找到它们的踪迹。如果有机会来到圆通寺，一定要去边上的小巷子看看这项濒危的民间艺术。

步步是风景

昆明是一个历史悠久的城市，远在三万年前的旧石器时代就有人类居住，随着历史的进步和时代的变迁，这里留下许多文物古迹和人文景观，可以说是自然景观和人文景观的荟萃之地。时常有朋友问我去了那么多次昆明，到底哪里最好玩，其实真的很难推荐，因为这里简直步步都是风景。

如果想要赏花观鸟可以去翠湖公园看看。翠湖公园位于昆明市区的螺峰山下，云南大学正门对面。虽然面积不算太大，但很有特色。这里最初曾是滇池中的一个湖湾，后来因为水位下降而成为一汪清湖。从1985年起，每年冬季都有大量海鸥从西伯利亚飞到昆明过冬，其中有一部分就在翠湖栖息。每年这时候，逛翠湖赏海鸥便会成为昆明人以及许多外地游客的一大乐趣。



▲海鸥在湖面上云集

到了昆明如果不去感受一下少数民族风情，也会颇为遗憾。

云南民族村位于昆明市西南郊的滇池北岸的海埂，有索道连接西山龙门，是集中展示云南少数民族社会文化风情的窗口。

走进云南民族村里，可见不同风格的民族村寨分布其间，错落有致。这里有吉祥的傣寨白塔，壮观的白族大理三塔，高耸的彝家图腾柱，源远流长的纳西东巴文化，还有佤族的木鼓、基诺族的太阳鼓、拉祜族的芦笙舞、景颇的木脑纵歌、壮族的铜鼓文化，此外，还有布朗族的婚俗、雪域高原的藏族佛寺、哈尼族的龙巴门、德昂族的龙阳塔、奇特的摩梭人母系氏族社会遗存，以及风趣的亚洲群象表演、精美独特的民族风味美食……可以说是云南民族文化的缩影，很适合时间有限的外来游客。



▲ 云南民族村中的哈尼族寨

逛完了民族村要是还嫌不够，不妨去与民族村相邻的云南省民族博物馆看看。

另外，如果时间充裕，位于昆明东北郊金殿风景名胜区的昆明世界园艺博览园也是值得一去的。昆明世界园艺博览园是一个汇集了全世界园艺风景的超大型博览场所，距昆明市区约4公里，市区东南西北各汽车站均有专线车，交通很方便。



▲昆明世界园艺博览园园景

傍晚时分若是不忙，不妨去金马碧鸡坊走一趟。

金马碧鸡坊位于昆明金碧路中段的金马碧鸡坊，始建于明朝宣德年间。金马碧鸡坊的独特之处，在于某个特定的时候，会出现“金碧交辉”的奇景。在那特殊的一天，太阳将落未落，金色的余晖从西边照射碧鸡坊，它的倒影投映在东面街上；同时，月亮则刚从东方升起，银色的光芒照射金马坊，将它的影子照到西边街面上；两个牌坊的影子，渐移渐近，最后互相交接。这就是“金碧交辉”。这样的奇景相传在清朝道光年间出现过。



▲夜色中的碧鸡坊

此外，一些被人忽略的地方，也是了解昆明历史文化和风俗民情的好去处。昆明潘家河收藏市场、云南艺术剧院、云南省博物馆、昆明老街珠宝花鸟市场、抗日战争纪念馆、昆明市文化馆、禄星门等等，这些都是我喜欢去的。

Tips 昆明食与购

昆明交通方便，飞机、火车、汽车均可到达，住宿高中低档次满城都有，市内交通便捷，这里不再详述，主要介绍食和购。

食

昆明有十大名特风味小吃：过桥米线、四喜汤圆、荞包子、太师饼、都督烧卖、荠菜饺、火腿豆焖饭、小锅米线、饵块、什锦凉米线。

昆明风味由三个地区的菜点构成，滇东北、滇西和滇西南地区，云南菜点总体上的特色是：选料广、风味多，以烹制山珍、水鲜见长。其口味特点是鲜嫩清香回甜、酸辣适中。

昆明著名的风味菜点有：菊花银耳气锅鸡、太极干巴菌、鸡丝虎掌菌、鱼茸乳扇卷、过桥米线、糖腿破酥包子、都督烧卖、竹筒菜、油炸豆腐小吃等。