

自游人丛书·西部行

行走云南

杨 嵘 陈小倩 编著

大理三月好风光
蝴蝶泉边好梳妆
蝴蝶飞来采花蜜
阿妹梳头为哪桩

四川人民出版社

自游人丛书·西部行

行走云南

杨嵘 陈小倩 编著



四川人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

行走云南 / 杨嵘, 陈小倩编著. — 成都: 四川人民出版社, 2002.1

(自游人丛书)

ISBN7-220-05735-0

I. 行… II. ①杨… ②陈… III. 旅游指南—云南省

IV. K928.974

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 090520 号

自游人丛书·西部行

XINGZOU YUNNAN

行走云南

杨嵘 陈小倩 编著

责任编辑

封面设计

装帧设计

责任校对

图片摄影

(张世英等摄影)

资料提供

出版发行

网 址

防盗版举报电话

制 版

印 刷

开 本

印 张

字 数

版 次

印 次

书 号

定 价

蒋咏宁 傅 瑜

天 成

稻草人

何秀兰

邢 毅 吴 鸿 刘长久 刘普礼 刘建明

刘建华 陈 锦 张问渔 张锦能 张少明

欧燕生 胡娅华 喻 磊 程蓉伟

刘生健

四川人民出版社(成都盐道街3号)

<http://www.booksss.com>

E-mail:scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net

(028)6679239

四川天成电脑制版有限责任公司

四川省印刷制版中心有限公司

787mm × 1092mm 1/36

6

100 千

2002 年 1 月第 1 版

2002 年 1 月第 1 次印刷

ISBN7-220-05735-0/K · 794

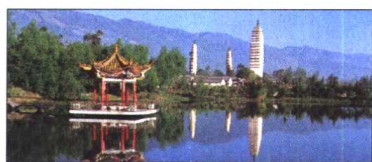
24.00 元

■著作权所有违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系调换

工厂电话:(028)3048191 地址: 成都新都县新泰路

行
·
走
·
云
·
南



漫
游
于
那
片
心
驰
神
往
的
红
土
地



儿时曾听过一个古老的故事，说人死之后，灵魂会飘然南去，去到天之涯、地之角，最后飘落到云之南。那里是天国，那里阳光照耀着生命，灵魂在那里永生。从此，每逢丽日晴天，望着蓝天上那飘飘南去的白云，心中便会升腾起一个几乎是无法企及的梦幻……

如云彩般变幻多端的云南，被温暖而和煦的阳光毫不吝啬地普照着，沃野千里的红土地，纵横着壮美的河山。从巧夺天工的喀斯特岩溶地貌，到苍茫辽阔的雪峰高原；从险峻深邃的群山峡谷，到古老茂密的热带雨林，无不显示着这片神奇土地的勃勃生机。

似红土般古朴深沉的云南，民族之花在这里盛开，神奇地产生了多种独特的民族文化，默默地绵亘了几千年，直至今日。数千年时光流转，恍若一面魔幻时空之镜，复原出寻根者眼中看得





见、摸得着的鲜活历史：它让不同文化背景的人，在这里找到自己的根，找到心灵的故乡。

那是一个多少代人用心捂热的梦境，那是一个人们世代向往的期冀！

于是，无数次地越过彩云，去到那片神奇之地，领略丰富多彩的自然、人文景观，探求自然奥秘和历史文化渊源、感受那方特有的奇山异水、奇树异卉、奇风异俗，漫游于那片心驰神往的红土地……

于是，也就有了这所有的文字记载，有了对云南历史、文化、景观、风俗的心灵体验。经由这些个人化的视野和角度，云南的一角被轻轻掀开。让我们背上背包一起上路吧，走着、爱着、写着，亲历彩云故乡，以自己的方式进行一次贴近的把握！





出发前的准备	10
---------------	----

■的都市	14
-------------	----

进云南的路	14
-------	----

初抵昆明	20
------	----

人·自然·环境	24
---------	----

山水长天共一色	32
---------	----

植物的家园	44
-------	----

神奇的喀斯特地貌	52
-----------------	----

九乡地心之旅	52
--------	----

玉鸟池畔的阿诗玛	60
----------	----

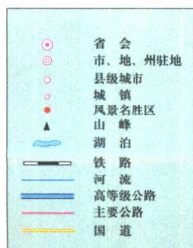
滇中第一洞阿庐古洞	70
-----------	----

绝壁风景建水燕子洞	76
-----------	----



目 录

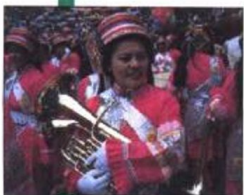
永远的香格里拉	82
风花雪月大理城	82
玉龙雪山衬丽江	104
魂牵梦绕迪庆州	130
 悠悠南丝路	148
彝家风情楚雄	148
水火交融的梦幻	156
边贸城镇德宏州	162
高山峡谷怒江州	172
 热带雨林美景	182
抚仙湖晨曦	182
云烟之乡玉溪	186
北回归线上的乐土思茅	188
孔雀王国西双版纳	196



云南省交通旅游简图



出发前的准备



出行时节的选择



云南气候的显著特征是四季不分明，干湿季分明。降水充沛，年温差小，地区温差大，“一山有四季，十里不同天”是对云南气候特征的形象描述。每年5月至10月为雨季，其余为干季。雨季时容易造成公路交通障碍，一些地方常出现泥石流、塌方、泥沼等情况，导致车辆无法通行，个别景区无法进入。所以雨季不太适合到云南旅游，尤其是不要选择雨季到怒江、迪庆等地区去。

云南是多民族聚居地，除了气候以外，出行时还应考虑云南各地的民族节庆。逢节庆日，各景区的交通、食宿等都会比平时紧张，所以要提前作好安排。



健康准备



云南属内陆高原，省内最高点梅里雪山主峰海拔达 6740 米，体质不够好的人会有高原反应。临行前，最好检查一下自己的身体状况，如果患有感冒、发烧之类呼吸道疾病，应治疗恢复后再出行。

体弱的人在进入海拔较高的景区之前，准备好氧气袋，以备不时之需。另外，准备一个小药箱，药箱内基本药物包括：阿斯匹灵，感冒灵，抗伤风胶囊，牛黄解毒片，润喉丸，维他命 C 丸，白花油，创可贴，纱布，白药及常规消炎药。



中国风

随身证件



出行前必须携带身份证或其他有效证件。

云南与东南亚多国毗邻，在红河、文山、德宏、怒江、西双版纳等境内共有 25 个边境县市，前往这些地方需提前办理边境通行证。

办理边境证有以下途径：

▲ 通过旅行社办理

这种办法是最省心的，钱一交万事大吉。不过旅行社是经营单位，一般只为参加它组织的旅游团队服务。

中国风





▲ 到昆明后办理

到达昆明后，携带身份证，前往位于市区明通路 60 号的昆明市公安局三处办理。

办证时间：8:00 ~ 12:00, 13:00 ~ 17:00, 休息日不办理。

办证费用：6 元 / 人 / 证，通行证有效期一般是三个月。

个人必备物品

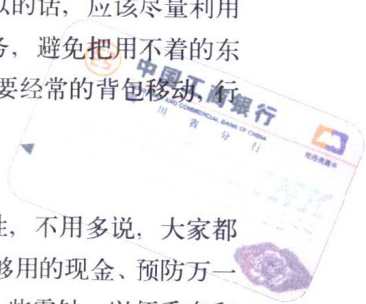
外出旅行，携带的行李越少越好，当然，是在够用的前提下。人在旅途，背负沉重的背包是一项很大的负担。如果可以的话，应该尽量利用当地可以提供的设施和服务，避免把用不着的东西背在背上。另外，考虑到要经常的背包移动，行李最好不要超过两件。

▲ 钱

出门在外，钱的重要性，不用多说，大家都清楚。所以，出发前，带上够用的现金、预防万一的信用卡是首要的。准备一些零钞，以便乘车和到寺庙捐香火。

▲ 相关资料

当地旅行指南，各种在当地适用的优惠卡，紧急情况下可以证明自己身份的介绍信或说明，便于联系的通讯录。



▲ 背 包

硬质的行李箱通常不适合于旅游者，最好使用双肩背的背包来负担你所携带的装备。背包的大小通常是由你打算去的地方的难度来决定的，挑选一个好的旅行背包对旅行很有帮助。



▲ 服 装

到云南旅游，带什么衣服和所计划去的地方以及季节有很大关系。如果准备不充分，一旦遇到坏天气，会弄得自己手忙脚乱。

如果只打算在各地城区走马观花，着装上没有什么很特殊的要求。但是要去玉龙、梅里雪山等高海拔的旅游区，要带厚一点的衣服。同时，云南昼夜温差大，早晚的时候比较冷，所以不管哪个时节去，带一件羊毛衫或防水防风的外套是很有必要的。



▲ 其 他

除了上面提到的，在旅行前还应考虑自己是否已经携带了下列用品：

个人1至2寸免冠照片（办理证件用）、雨具、晾衣绳、手电筒、笔和笔记本、摄影器材、遮阳帽、墨镜、护肤防晒霜、润唇膏、备用食品和水、消毒湿纸巾、小锁、针线包、密实袋等。

千万不要小看了这些小东西，在旅途中，它们往往会大显身手。



去云南走一走
是横亘我心的一份
情结,于是,总在找
寻机会,一逢闲时,
邀约二三好友,欣
欣然揣上地图,从
此行囊在背,人在
旅途!

春
的
都
市

春
的
都
市

进云南
的路



大多数到云南观光的人都会选择以昆明为中心点,从这里可以通过航空、公路、铁路到达云南各个旅游景区。

● 公 路

云南省有108国道(北京至昆明)、213国道(兰州至景洪)、214国道(西宁至景洪)、320国道(上海至瑞丽)、324国道(福州至昆明)等多条国道纵横贯穿,以昆明为中心形成了国道为主、辐射全省、连接邻省邻国的公路交通网。

除此之外,昆明到省内17

云南省内公路路线示意图



交通提示

昆明汽车客运站

有发往滇西南(如景洪等)方向的客运长途车。

地址: 昆明市北京路南段24号

昆明西站汽车客运站

有发往景洪、丽江、保山、大理、楚雄、六库等地的长途车。

地址: 昆明西站

云南各地旅游风景区长途客车站

省内各主要景点的旅游专线车都在这里发运。

地址: 昆明市环城南路216号

东站客运中心

有发往省内各县市的班车, 主要以东南方向为主。

地址: 昆明东站菊花村

个地(市)州所在地均是高等级或次等级路面,保证了主要风景区、旅游胜地、国家级和省级口岸道路的通达。

如果想去云南景区的各个角落看看的话,方便灵活的公路运输是最佳的选择。

● 民 航

云南有十个民航机场通航,是全国拥有民航机场最多的省份。共有国际航线6条:昆明至曼谷和清迈(泰国)、仰光(缅甸)、吉隆坡(马来西亚)、万象(老挝)、新加坡;地区航线2条:昆明至香港、澳门;国内航线48条:昆明至北京、上海、天津、重庆、西安、兰州、成都、宜宾、哈尔滨、长春、沈阳、大连、济南、青岛、烟台、秦皇岛、石家庄、郑州、合肥、南京、杭州、宁波、武汉、黄山、南昌、温州、长沙、福州、汕头、珠海、贵阳、桂林、北海等省外城市和景洪、芒市、大理、丽江、思茅、保山、昭通、中甸、临沧等地。

交 通 提 示

昆明王家坝机场距市区约5公里,是国内机场距市区最近的一个。机场到市区乘出租车打表价约17元左右(含2元机场停车费),另外还有机场大巴可选择。

昆明火车站

昆明到国内城市的各次列车,以及经停昆明的列车均在这里发车、停靠。

地址:昆明市南甯

昆明火车北站

主要是滇越线的始发站,滇内铁路线(途经蒙自、河口等地)也有在此发车的。

地址:昆明市北站

