



# 长江源：青海沱沱河

长江是世界第三大河,中国第一大河,与黄河、淮河、海河、珠江、松花江、辽河通称为中国7大河。

长江发源于青藏高原的唐古拉山脉各拉丹冬峰西南侧,干流流经青海、西藏、四川、云南、重庆、湖北、湖南、江西、安徽、江苏、上海11个省(自治区、直辖市),在上海市崇明岛注入东海。支流延伸至贵州、甘肃、陕西、河南、广西、广东、浙江、福建8个省、自治区。长江流域面积180万平方公里,干流长6397公里。

长江源为青海省沱沱河,与南支当曲汇合后为通天河,继与北支楚玛尔河相汇,于玉树县接纳巴塘河后称金沙江,在四川宜宾附近岷江汇入后称长江。

## ● 概貌

沱沱河亦作Tuotuo He,托托河。亦称乌兰木伦河,蒙古语意为“红河”,发源于唐古喇山脉主峰各拉丹冬雪山西南侧的冰川中,长375公里,与当曲、楚玛尔河等共同组成长江源水系。

沱沱河从各拉丹冬的姜根迪如冰川发源时,是一些冰川、冰斗的融水汇成的小溪流,这时的水面宽只有3米,深只有20多厘米,然后向北流过9千米长的距离,在巴冬山下汇集了尕恰迪如岗雪山的冰川融水,经过一条长约15千米的谷地,继续向北,分成了两条宽4米和6米

的小河,小河两边的谷地中还有许多密如蛛网的水流,这里是沱沱河的上源。在这片谷地的出口,河谷突然下切,形成了一条长约5千米的陡峭峡谷,高达20多米。

河水在流出巴冬山后,先经过一片广阔的河漫滩,再经过一条峡谷,流到葫芦湖附近,急转东去。在经过130多千米的流程后,河道变得开阔起来,在流到青藏公路的沱沱河沿时,它已是深3米,宽20-60米的大河了。

著名的万里长江第一桥就飞架在沱沱河沿的河滩上,它是长324米;宽11米的钢筋混凝土大桥。

沱沱河从这里继续向东,到囊极巴陵时与当曲、布曲、朵尔曲汇合,它经过375千米,在这里形成宽30多米的大河,从这里起它的名字叫通天河。

## ● 历史渊源

沱沱河是长江的正源。早在《尚书》中,人们就在讨论长江之源,明朝的著名旅行家徐霞客认为金沙江是长江之源,并著《江源考》一书论述。到了清朝,人们已认识到通天河,但依然无法确定长江正源。中国曾在1956年和1977年,两次考察长江源头地区,在1977年的考察中,终于确定发源于各拉丹冬的沱沱河是万里长江的正源。



■ 沱沱河

## ● 资源

长江源头蕴藏着丰富的资源。用来铺设华丽宫殿的长达数尺的大块水晶石,就产于格拉丹冬冰峰附近海拔6000米以上的地带;在尕卡迪如雪山北麓的玛尔肯湖中,有着品位极高的磁铁矿藏和铅锌矿藏。景色迷人的祖尔肯湖中,盛产肥美的无鳞鱼—高原裸鲤。终年白雪皑皑的崔英山上,栖息着成群的雪鸡,山坡和山脚下则是一望无际的大草原,草原上生长着各种各样的奇花异草,还有野生的雪豹、藏羚羊、藏野驴、野牦牛等。

## ● 景观

1999年6月5日,政府在长江源立下了“环保纪念碑”,高1.5米多,用花岗岩制成,正面有江泽民书写的“长江源 江泽民”字样。长江源是国家级生态环境保护区。中央电视台对立碑经过、落成仪式等在1999年6月5日世界环境日进行了《为了绿色家园》专题播放。

(特别告知:西江与珠江均发源于云南省曲靖市乌蒙山余脉马雄山东麓。珠江源已刊载,故西江源不再赘述。)

综合自网络

# 重庆凤凰村：旅游纳凉首选之地

在重庆万州太安镇与云阳凤鸣镇、磐石镇交界处,有一座海拔千米的大山。该山峰峦起伏,形似凤凰,“头”抵太安镇凤凰村高昂于长空中;“尾”达云阳县磐石镇,直锁长江,像是横亘在万州与云阳之间的一道天然屏障,名叫凤凰山。

凤凰村正是坐落在这座雄伟的大山上,绿树环绕,鸟语花香,多亩山林连成林海,空气清新,景色怡人。山涧淳淳泉声,两处山泉暗涌;古木参天,火棘树红了一片林;阵阵花香,杜鹃花醉了一方人。

“叶儿青又青,嫩芽一颗心,一窝茶树矮墩墩,就像娃儿胖墩墩”一首采茶小曲带我们走进凤凰乡——重庆市首个大型开放式乡村公园,海拔950-1068米,夏季平均气温22.5℃,绝对是避开炎炎夏日的最佳选择。这里的旅游资源非常丰富,有着全国最高大的千年金桂树、千年檬子树,重庆市最壮观的高山茶园、千层梯田,三峡最丰厚的农耕文化、生态文化,是明洪武年间一品官员牟仲泰辞官隐居地,已建成开放大坡茶田、茶岭古泉、双峰望日等景点22个。农家院落则呈现出浓郁的巴渝特色,古色古香。森林小木屋、乡村四合院掩映在森

林中,林间步道、田间小路阡陌纵横,广场、风雨廊、亭子等休闲设施齐全,并融入了乡村特色,与周边田园统一协调、浑然一体,形成了一幅优美、静谧的田园风光画。

凤凰村一直将生态环境保护放在首要位置,加大植树造林、环境保护力度。辖区内森林植被覆盖率高,生态环境良好,树木葱茏,芳草萋萋,鸟语花香,白鹭、水鸭、野兔、锦鸡、野猪出没于林间、田野,林茂粮丰,物种呈现多样性。同时,并对景区内6棵树龄在500年左右的古树进行保护。凤凰村乡村旅游发展以自然生态为依托,在生产生活上以自然环境为根本,生态文明、经济发展与社会进步之间统一协调,是凤凰人尊重自然、合理利用和改造自然的结果,展示了凤凰人与自然环境之间完美的和谐。

凤凰村历史文化悠久,民国县志关于凤凰头“为滨江山脉之祖”的记载,“万县有个大石板,一板产粮万多担”的世代流传,“太安有神木,卓然立高岗;亭亭展华盖,苍苍披翠裳”的古赋。同时,辖区诸如凤凰山、凤凰头、挖断山、丁家楼子等地名积淀了丰富的文化内涵,残存的明初一品官牟仲泰



■ 重庆万州  
凤凰村

隐居地、大学士墓、旗杆石、为人民服务碑等,都承载了古老的故事。同时,凤凰村注重生态人文价值的保护与传承,山歌、民歌、情歌广泛传唱,宛转悠扬;打年宵、扭秧歌、划彩龙船等民俗表演别有风情;鲢鱼、绿茶、糍粑、桂花酒等美食脍炙人口;登高、祈福、刨猪汤等传统习俗,独具韵味。现已加快文化阵地建设,建成了农家书屋、文化

活动室、文化广场,积极组织村民参加各种生态文化活动,组建了山歌队、腰鼓队,组织开展“五好家庭”、“好相邻”、“文明之星”等评比活动,推动生态文明建设。

2012年,凤凰村被重庆市评选为“最佳避暑休闲乡村”。

摘编自《人民日报》