昆明回深圳的高铁上

复兴号穿过重重翠绿的山峦，我第一次来到云南，就被深深打动。

肺：昆明的海拔有一千多米，不至于产生高原反应，却能让人感受到空气的稀薄。

皮肤：我们来自酷热的深圳，这里的凉快与之形成巨大的反差，自然很棒，二十度左右的温度让人有一种郑州入秋的感觉。这里大部分时候是阴天，太阳躲在乌云之后，紫外线却异常积极，不免让人晒黑几分。

口腔与肠胃

辣辣辣：前几天都在饭馆吃桌，体验的是正宗的云南炒菜。第一晚的百分之九十的菜含有辣椒（不是中原或者广东的那种哦），令人热血上涌，忍不住吸气。即使它们相当下饭，却给我一个来自中原的人造成了相当大的心理与生理阴影。因为之后两天仍然以这种吃饭方式为主，而我对辣椒炒菜拌饭感到新奇，也不抗拒多吃几口。果不其然，到大理的我经历了金汤肥牛米线的辣度洗礼后，第四天炎症爆发了。首先是整个右半口腔疼（开始还不知道是哪里，后来发现是整个牙龈的问题）；再者，比较可怕的是右侧大牙后面多了一颗“牙”，巨大的牙龈隆起使得上下牙无法闭合；最后作为火上浇油的，是常客——一个口腔溃疡。

香香香：看完上面的评价，你可能以为我对云南的美食颇有怨言。这个想法只对了一半，其实也有许多痛并快乐着的成分：茶是不用多说的，饭未上，茶先到，不同饭馆供茶的风味迥异。红茶醇香，无论闻还是喝都能给人留下深刻印象。绿茶青涩，却让口腔摆脱包括辣的多种气味的统治，感到十分舒适，支撑我度过三天上火的难关。第二天在澄江体验的鱼火锅和洋芋米饭是我认为最有云南特色且便于游客接受的美食了。作为一个不爱吃鱼的人，鲜香的鱼汤涮上各种火锅里常见的食材对我来说是个很棒的选择。铜锅里的美味则使我第一次体会到“米饭下饭”的感觉，土豆和火腿的调味使米饭处于香而不腻的完美境界，少量的锅巴作为神来之笔而存在，干吃也能干掉三小碗。对于喜欢吃青菜的人，这里可以说是福地了，生菜、黄花菜、薄荷、笋、油麦菜、苋菜以及一堆不认识的菜。都是简单的炒法，辅以盐和辣椒调味，给人身处农家厨房的感觉。

眼

行路难：我们在各个县间穿梭统一坐大巴，这绝对是我在大巴上停留时间最长的一周。前往大理和腾冲的路绕山而行，让我们知道了何为山间云雾缭绕的景色。

苍山与大理古城：苍山十九峰十八溪，一层叠一层的山上浮着云雾。这天下着大雨，我们就在雨中登山，欣赏着含有美丽纹路的变质岩，它们由沉积岩在地下高温高压的条件下经过变质作用形成。听老师讲到大理石的名字源于这座盛产大理石的城市时，我才恍然大悟。旅游化的古城并没有我想象中那样不堪，反而别有一番风味，卖鲜花饼和银器的店相当多，看一下足够了。城里杨柳依依，特色店铺也不少，有卖蝴蝶与昆虫标本的店铺、年轻人聚集的小酒馆、中国邮政的主题邮局。从下午到傍晚再到夜幕降临，自由的时光让人十分快乐。