



地球漫步

伊朗

孙 博 编著

- ◎ 出入境、交通，完整实用资讯
- ◎ 随团、自助旅行权威贴身指南
- ◎ 度假、商旅全新美妙体验

中国旅游出版社

责任编辑:高 瑞 刘姗姗

责任印制:冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

伊朗/孙博编著. —北京:中国旅游出版社,

2006.10

(地球漫步)

ISBN 7-5032-2651-X

I. 伊... II. ①孙... III. 旅游指南—伊朗
IV. K937.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 075303 号

书 名: 地球漫步——伊朗

作 者: 孙 博

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn>

E-mail: cttp@cmta.gov.cn

发行部电话: 010-85166507 85166517

制 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

经 销: 新华书店北京发行所

印 刷: 北京建筑工业印刷厂

版 次: 2006 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 1 次印刷

开 本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

印 张: 8.25

印 数: 1—8000 册

字 数: 250 千

定 价: 29.00 元

I S B N: 7-5032-2651-X/K · 910

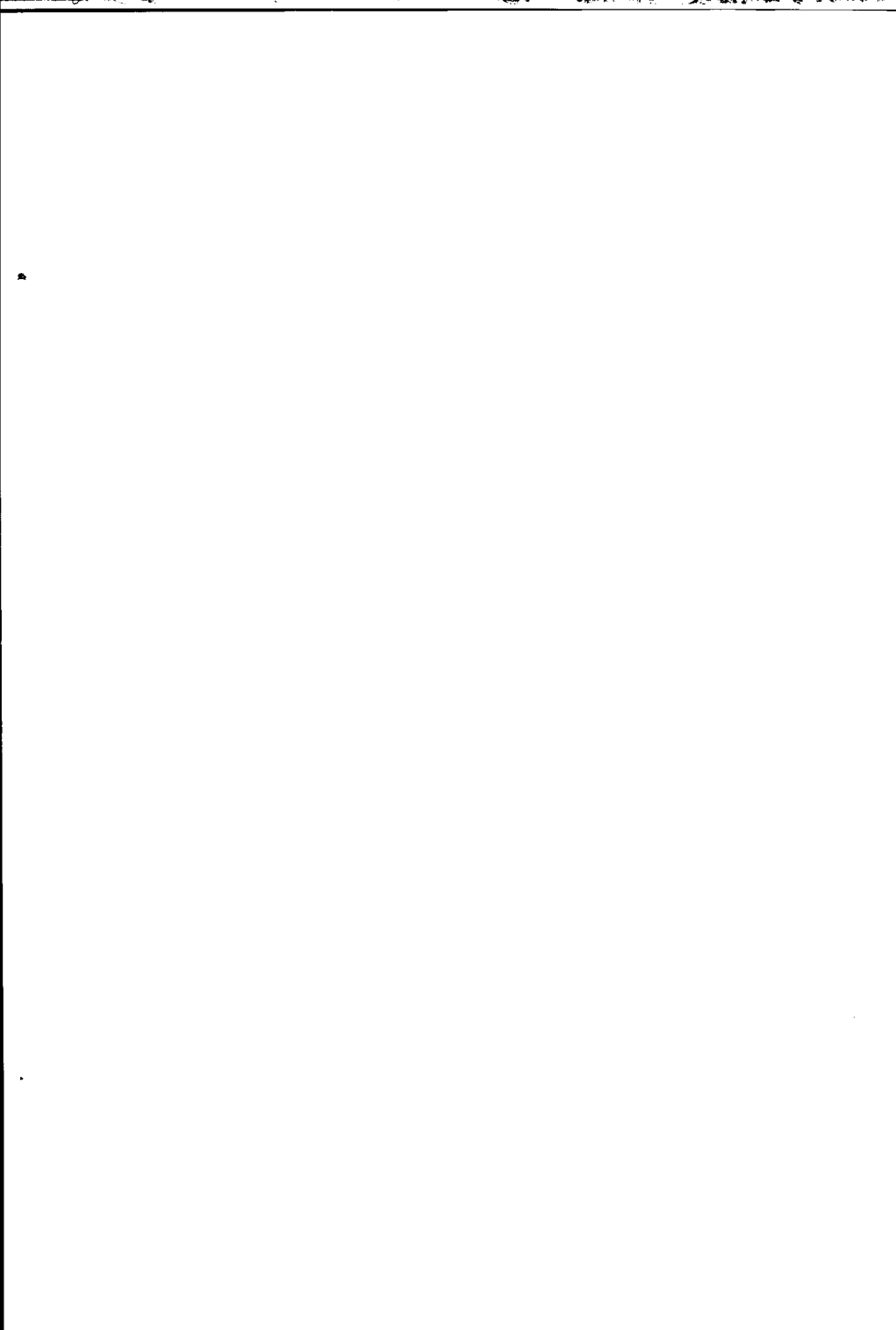
版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换



伊朗

中国旅游出版社



怎样使用本书

Iran



热门景点介绍

将伊朗各地的旅游精彩内容,在本书中做了重点推荐,为您在计划旅游行程时提供重要的参考信息。



旅游信息、特别提示和摄影提示

餐饮、交通、门票价格、旅游小知识和旅游中应该特别注意的事项,以及不同旅游景点的摄影建议均穿插在各章节中,是您做旅游预算、行程安排的参考资料库。

美食与购物

您在旅游的过程中,应该不仅是玩家,还应该是美食家和采购的高手。本书在每一章节中,都为您提供了各地好吃的和值得买回家的旅游商品信息。



旅游好帮手

旅游不应该是从登上飞机的那一刻算起,所有的行前准备、行程计划等都应该是旅游的一部分。本书提供的有关信息,可以帮助您顺畅的办理行前琐碎而必要的诸如办理护照、申请签证、准备行装等工作。



作者心情

怎么读这本书呢？

事实上，当我写这本书的时候也有着同样的疑虑，“怎么写这本书呢？”如果不是“巨无霸”级的驴友，谁会想到去伊朗旅游呢。可谓长路漫漫，无心旅游。

旅游，并非简单的随性。我也曾经戴着太阳镜，跟着小旗子，就差没拿根绳子每人拽着小手绢的“大拨轰”似的旅游。那，其实不叫旅游，称“观光”更为准确些，我是观光客。

就像这个系列的书一样，我们追寻的是“漫步”的感觉。漫步欧洲的时候，空气也都不一样，宁静而又湿润，带着花香。如果千篇一律，不如在家看电影了，还有背景音乐，多棒。伊朗，和我感受过的所有地方完全不同。当然，不排除我没到过的地方。不是那“吱吱呀呀”的伊朗拉弦乐声，我更对苏格兰风笛神迷；不是身边罩了黑色头纱的波斯女人，还是印度鲜艳的沙丽比较养眼……那是什么呢？

信仰。伊朗人的 SPIRIT，无论是他们的热情还是他们腼腆的一笑，都似乎有着勃发的精神暖暖地融在里面。康德说，在这个世界上，让他心醉神迷的只有两件东西，头顶的星空和心中的道德经。

我爱这句话，这两样东西，在伊朗都可以找到，所以，我心甘情愿地在这里给它当“托儿”——“去伊朗旅游吧！不好玩儿不卖啦！”

我是怎么卖的呢？不过是开篇和上中下三篇，由于本人厌恶资料 and 简单的景点堆积，你把我想象成厨子吧，给你来个大餐。开篇是头盘——回眸伊朗，前世波斯，我们先重回波斯，感受伊朗的前世。开胃之后再上主菜——玩转伊朗，快乐四方，不是简单地将原材料给你端上来，每一道都是拿着地图做菜谱，自己尝过后，精心配置出来的，一条条线路，“祖师级”、“菜鸟级”驴友皆宜。在主菜里感受伊朗的今生！配菜——解读文化，伊朗密码，是为了你回来臭拽的。甜点是必点的，原因很简单，所谓“锦囊妙计，说走走吧”，是防止你在人家伊朗迷路、丢东西、露怯的。

无论你是去感受波斯情调，还是感受里海的阳光，和你预期的总会有些不一样。怕什么呢，玩的就是新鲜！从现在的无知，到出发前翻阅资料自以为知，再到满大街问路时恍然大悟其实不知，最后回来了哥们儿们都觉得你特知。那就，知呗！





伊朗的前世与今生	9
----------------	---

开篇：回眸伊朗 前世波斯

身在伊朗，你是客	13
他们在说	14
伊朗的世界文化遗产	16
波斯波利斯	17
帕萨尔加德	20
伊玛目广场	22
恰高·占比尔	24
塔赫特苏莱曼	26
巴姆文化景观	28
丝绸之路上的明珠——波斯	32
明天，我要嫁给你	34
赠你一块波斯挂毯，给你一座波斯庭院	36
伊朗 3 个重要的历史时期	38

上篇：玩转伊朗 快乐四方

里海 一路青葱，一路阳光	47
拉什特	49
班达列·恩泽利（恩泽利港）	50
海军军事博物馆	51
阿斯塔拉	52
拉希詹	52
兰加鲁德	53
毛苏莱	53
鲁德巴尔	55
萨里	56
法尔斯省 请时光留下	57
波斯的诗歌之都——设拉子	59
设拉子之精彩纷呈	59
萨迪耶：萨迪陵园	66
哈菲齐耶：哈菲兹陵园	67
巴扎	68



萨劳亦·莫希勒	69
瓦基尔清真寺	70
恰劳陵墓	70
恰劳博物馆	70
阿蒂克礼拜五清真寺	71
法尔斯博物馆	72
伽瓦姆柑橘园（纳楞杰斯堂博物馆）	73
西门——奋锐党人	73
纳克歌·洛斯塔姆	74
肖普尔，重回萨珊王朝	75
伊斯法罕半天下	77
不可错过的旅游景点	83
伊玛目广场（伊斯法罕皇家广场）	83
谢赫·卢特夫劳清真寺	85
伊玛目清真寺	88
“四花园”大街	92
四十柱宫	92
郝居古桥	93
礼拜五清真寺	95
迈纳勒·琼邦	97
伽兹清真寺	98
你所不知道的卡尚	100
卡尚的妖娆	100
伊朗的心脏	109
德黑兰——走马观花	110
德黑兰市游览宝典	117
德黑兰的公园	120
曾经沧海，古城雷伊	125
托格洛尔塔	125
哈兹拉帖·阿布杜拉·阿齐姆陵墓	126
恰希麦·阿里	126
哈萨牢狱	126
什叶派的摇篮——库姆	128
库姆的天空	128
旧时朝都哈马丹	130
游走哈马丹	131
加兹温	137
乔麦·卡比尔清真寺	139
先知清真寺	139
伊玛目扎德·侯赛因	140
穆斯塔法维陵墓	142
阿萨辛的古堡	143





赛菲德·鲁德水坝	144
西北走 山谷中的古城——大布里士	145
山谷中的古城——大布里士	147
漫步大布里士	149
惊情伊朗沙漠 瞻仰之地——马什哈德 ...	153
瞻仰之地——马什哈德	156
伊玛目·里扎陵园	158
古哈尔肖德清真寺	160
马什哈德诸公园	160
马什哈德的巴扎	161
纳迪尔国王陵墓	162
拱拜德·萨布兹	162
马什哈德的博物馆	163
图斯城	163
尼沙布尔	164
嘎达姆·高陵墓	166
来一顿波斯湾的盛宴	167
波斯湾最美的栖息之地——基什岛	169
马可·波罗与达·伽马念念不忘的格什姆岛	172
心醉神迷阿巴斯港	174
霍尔木兹岛，游走迷宫般的街巷	177
走进克尔曼	179
其他重要城市	183
阿瓦士	185
阿尔达比勒	185
克尔曼肖	186
乌鲁米耶	187
塞姆南	188
达姆甘	190
肖赫鲁德	191
苏尔汤尼耶	191
亚兹德	191

中篇：解读文化 伊朗密码

列王之子 伊朗文学和电影	197
伊朗的四大文坛巨匠	198
伊朗的“荷马”菲尔多西	198
吟游诗人萨迪	201
杰出诗人毛拉维	202
抒情诗人哈菲兹	202



伊朗骄子：哈亚姆	204	国家民族节日	238
变换的影像，流动的生命	205	连线伊朗	239
《生命的圆圈》（七女性）	205	紧急电话号码	239
《醉马时刻》	206	重要行业及部门的工作时间表	243
《黑板》	206	伊朗自驾车游	243
《天堂的颜色》	206	通往伊朗 ABC	247
《谁能带我回家》	207	如何前往伊朗	247
《小鞋子》（天堂的孩子）	208	入境	249
《白气球》	208	出境	249
《橄榄树下的情人》	209	境内交通	249
《手足情深》	210	城市交通	252
五彩斑斓的伊朗民俗	211	住宿	253
一饱口舌之欲	212	饮用水	256
五彩缤纷的伊朗手抓饭	216	饭馆	256
伊朗大餐	217	进餐时间	257
比金子更昂贵——伊朗博物馆	219	天气和服装	257
伊朗的建筑，凝固的音乐	222	货币限制规定	260
伊朗的服装——欲遮还露的招摇	226		
穆斯林的葬礼	228		
你所不知道的——流浪者音乐	230		
感受“伊朗交响乐”	231		
伊朗体育	233		

下篇：锦囊妙计 说走走吧

行前准备 ABC	236
收拾行囊去伊朗	236
伊朗的国旗、国徽和国花	238





“伊朗是什么？”

“就是女子那黑色头纱下火热的心。”



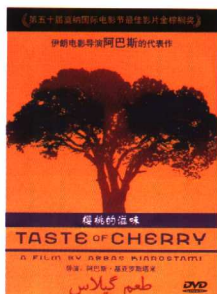
伊朗的前世与今生

人们今天看到的伊朗多是从国际政治新闻中略知一二，对于大多数现在的中国人来说，伊朗是陌生的——大概仅知道那里是宗教圣地之一，知道从新中国成立之初它就和

中国有很多合作项目。

《何处是我朋友的家》《樱桃的滋味》《谁能带我回家》……阿巴斯质朴的电影风格和拍摄手法让太多的中国人随着那奔跑的小男孩儿看到了伊朗乡村的自然风光，那些我们所不了解的独特的建筑和那坐在村口巷尾的伊朗农家人。《樱桃的滋味》中，随着那前行的汽车，透过车窗我们看到了伊朗的街道和不同职业的人们，他们在生活中的或喜或悲。

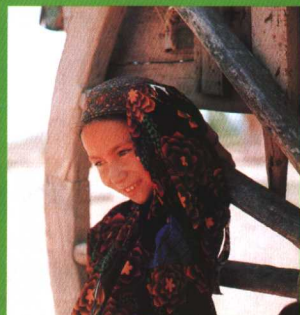
可以说，在我们出发之前，是这些毫不扭捏，近乎于纪实片的电影让我们真实地体会到了今天的伊朗。



本片由阿巴斯·基亚斯陶阿巴执导，阿巴斯·基亚斯陶阿巴编剧，阿巴斯·基亚斯陶阿巴主演。本片在1994年戛纳电影节上获得金棕榈奖。本片在1994年戛纳电影节上获得金棕榈奖。本片在1994年戛纳电影节上获得金棕榈奖。



《白气球》导演阿巴斯再度合作
谁能带我回家



当我第一次拿起伊朗地图时，便为她自然风光的多样性所吸引，北靠里海，南临波斯湾，东部为沙漠地区。正像我问的一样：“伊朗是什么？”“就是女子那黑色头纱下火热的心。”走近了他们你会发现，他们心怀热爱，他们热爱着广阔的自然，精心地安排生活，而且随时都那么和谐，舒适地与自然界共存。这种生活的方式和情感在他们手刻的

石头、陶器、金属或是木料上的自然图像中都深深地铭记下来，而那些令人惊奇的瓷砖、地毯以及珐琅制品，雕刻制品和绘画制品更是将他们的对于自然和生活的热爱流露出来。

他们不仅热爱自然，热爱他们的国家，热爱生活，甚至一并热爱着为他们国家做出贡献的中国，那种友爱让所有曾在那片国土上工作和生活的中国人都感怀甚深。

这些零零散散，模糊的印象构成了今日的伊朗。

那么，你还记得她的前世吗？

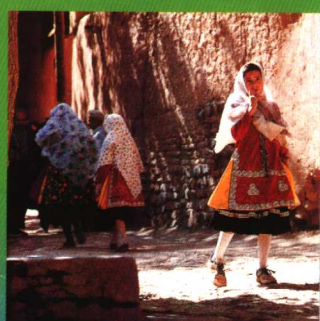
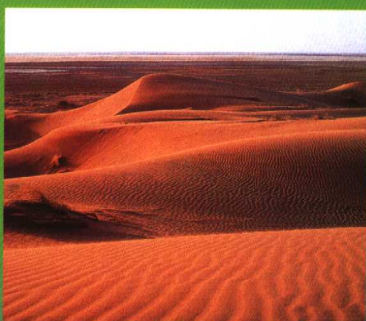
丝绸古道上，漫天的黄沙翻卷，骆驼的背上驮着一条条精致的地毯和数不清的香料。当它们被抬上宫殿展示给大汉天子和群臣的时候，那花纹繁复细密的毯子和在空气中蔓延开，绕梁不散的香气让所有的人都叹为观止。它们——来自波斯，“波斯地毯”、“波斯香料”和碧眼儿的“波斯猫”。历史的长卷中，我们发现波斯这个名字和古老的中国有着千丝万缕的联系。

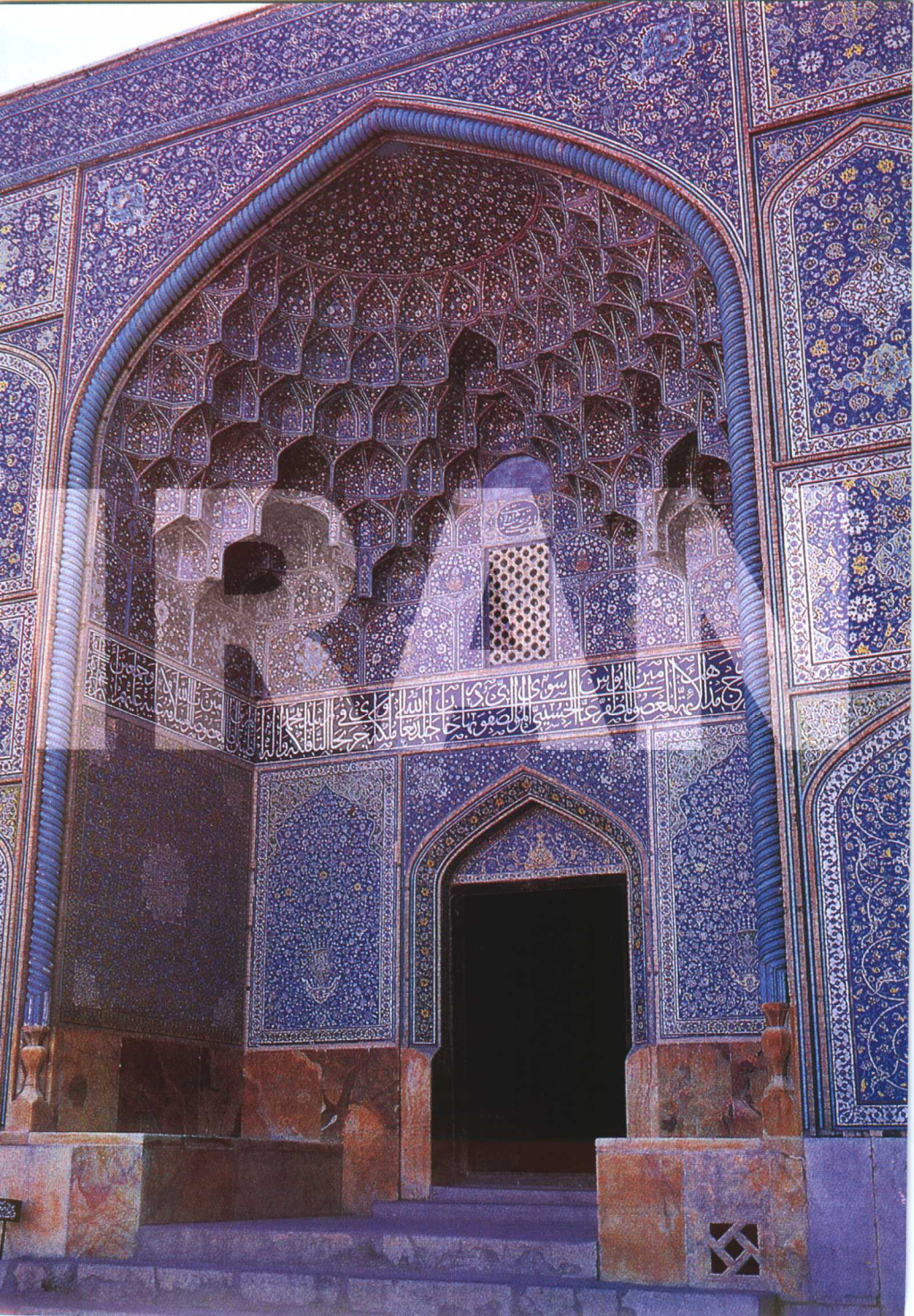
我们既可以从牌坊，走廊，卧室，楼台

的图画和文字中感受古代伊朗人的生活，追寻我们所迷醉却又不得的“波斯情结”，同时也可以从废墟内，石板上，画卷，书籍和电影中揣测和触摸这一切。然后，漫步在阳光下的街头，你会发现，这块国土上的文化和精髓从一开始就沉浸在他们所信仰的真主的恩泽之中。

不同的视角会让你看到不同的打动人的东西，那是隐藏在所谓华丽和破败之后的光辉和永恒。

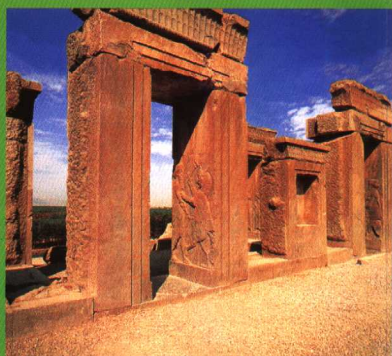
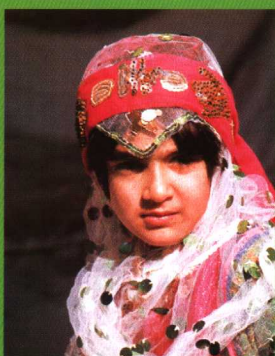
让我们揭开伊朗神秘的面纱，去看，去听，去感受这个无论前世还是今生都无比神秘，风情万种的国度。





回眸伊朗...

...前世波斯



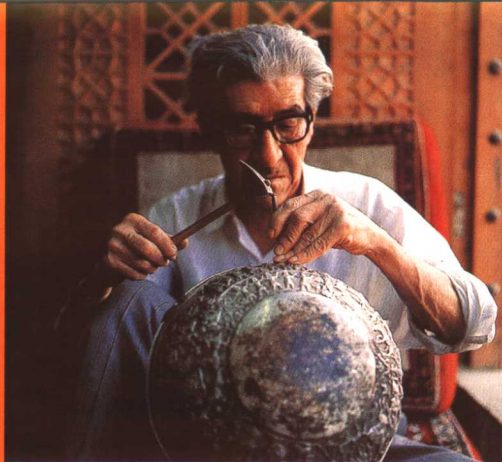
身在伊朗，你是客

这句话，我已经不止一次听曾到过伊朗的朋友告诉我。每次听的时候都感到不可思议，都带着怀疑去相信。

好客似乎是中东人的性格特征，当我第一次尝试着要了解伊朗这个国家的时候，一位在伊朗大使馆工作的朋友这样告诉我：“你把成卷儿的美元放在上衣口袋里，走在街上，不用担心会出问题。这是一个把宗教融入灵魂的国度。”

媒体曾经让我们以为，这块古老土地上，人人都是宗教狂兼恐怖分子，然而，那样的人，我在伊朗没有遇见半个。无论是共同搭车，还是被赠与挂在小挂袋里的《古兰经》，那一刻，望着含笑祝福我们的伊朗人，我才知道阿巴斯的电影多么的真实，不加粉饰。

这些都不是偶然或是孤立的，你可以倾听任何一个到过伊朗旅行的人，他们都有很多美丽的天方夜谭要告诉你。



IRAN

他们在说

“我算过了，在伊朗停留了14天，有7次被伊朗人邀请到他家去；帮我支付旅游景点门票有过3次；汽车上请我吃水果的，我已经数不清了；街上和我打招呼微笑攀谈的，已经没有数的意义，因为这些已经成了旅行生活的一部分。

如果你想认识伊朗人，只要站在路口，摊开一张地图，装出迷路的样子，准会有伊朗人走过来问：‘需要帮忙吗？’如果他无事，一定会带你参观他的城市。我在伊朗的首个星期，每天都有人主动带我游览。一开始，你或许会怀疑他们的目的，后来才为自己的小人之心羞愧。”

“记得曾有人由颈上脱下装了迷你型《古兰经》的小挂袋，亲自把它戴到我身上，祝福我平安上路。那一刻，我感动得连再见也忘了说，你要谢谢他们，他们会说 insah-allah，意思是如安拉意愿。”

“在德黑兰以北的图乔尔高山滑雪场，我们遇到了一件非常令人感动的事。

这个滑雪场设立在海拔4000多米的图乔尔雪山上，我们坐缆车而上，只见一片皑皑白雪，人们身穿滑雪衣，脚踏滑雪板，手挥滑雪杖，穿梭往来。过了约20分钟，只觉得阵阵寒意袭来，身上有些冷起来了。这天天气不错，山下气温约二十七摄氏度，因此我们穿的是夹克衫，这会儿面对零摄氏度左右的温度，有些扛不住了。特别是我们的一个同伴，因为不知道要到滑雪场来，连夹克衫都没穿，只穿了件衬衫。这时他已经冻得吃不消了，连连叫道要“逃”下山去。

我们跟他一起进了缆车站，缆车站里一位年轻的工作人员看到这个情况，就问我们来自哪个国家。我们告之来自中国，只见他二话不说，立即脱下自己的外套，递给我们的同伴让他穿上。在图乔尔饭店吃完午饭下山时，我们的同伴才把外套还给那位伊朗青年，并再三表示感谢，还和他合影留念。对这件事情，我们大家都非常感动，衣服虽然穿在同伴身上，但是温暖在大家心里。遗憾的是我们当时没带礼物，未能送他点什么以表心意。

在设拉子，我们受到旅游部门接待人员的热情关照，一个扭伤了脚的同伴受到了细心照顾，更是如沐春风。伊朗全国旅游组织的几位陪同人员全程陪伴我们，对行程做了周到安排，使我们更好地了解伊朗。

在十多天的访问中，我们深切地感受到了伊朗政府和人民对中国人民的友好情谊，强烈地感受到他们对进一步加强两国在许多领域的合作与交流，尤其是使伊朗成为中国公民旅游目的地地的迫切愿望。

尽管只是走马观花，但伊朗还是给我们留下了深刻印象：它是个古老的国家，几千年前的文化遗迹引发我们思古之幽情；它是个美丽的国家，大自然的美妙景象使我们流连忘返；它是个文明的国家，人民的热情好客使我们宾至如归；它又是个年轻的国家，城市永不停歇的脚步使我们更体会到和平与发展是各国人民的强烈愿望。总之，伊朗是个非常值得去走走看看的地方。”

