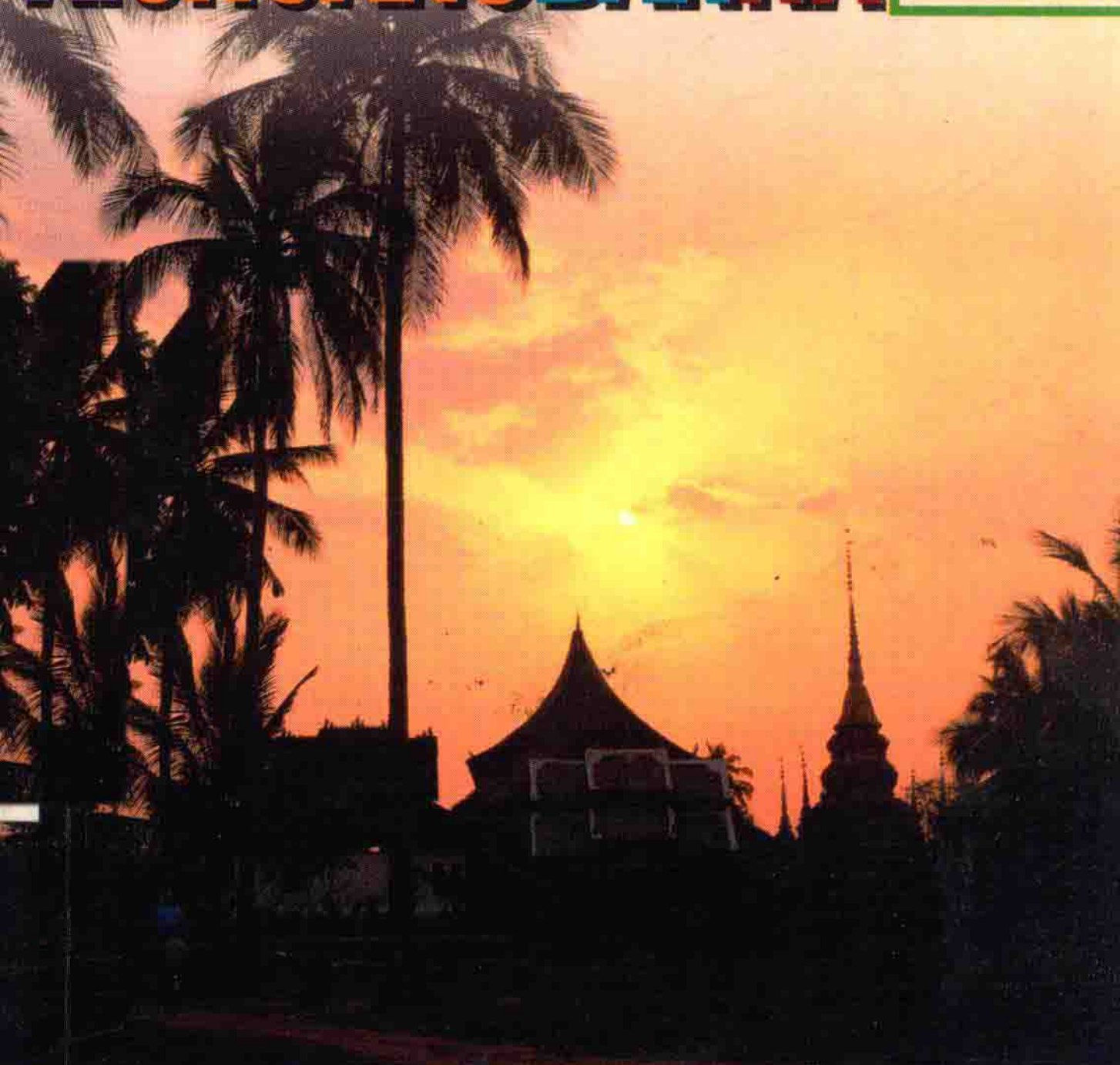


中国 旅游指南 CHINESE TOURISM GUIDE



西双版纳

XISHUANGBANNA



ZHONGHUA BOOK COMPANY



中国旅游指南

中国旅游指南 编委会

西双版纳



中华书局





责任编辑：李 森
美术编辑：牛茜茜
平面制作：许丽娟

图书在版编目 (CIP) 数据

西双版纳 / 《中国旅游指南》编委会编. —北京: 中华书局, 2001.2

ISBN 7-101-02835-7

I. 西… II. 中… III. 旅游指南 - 西双版纳傣族自治州
IV. K928.974.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 04368 号

中国旅游指南

西双版纳

《中国旅游指南》编委会编

中华书局出版发行
(北京丰台区太平桥西里 38 号 100073)
北京新华印刷厂印刷

2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月北京第 1 次印刷
印数 1 - 10000 册 定价: 10.00 元
ISBN 7 - 101 - 02835 - 7/K.1185

目 录

一、西双版纳概览 5-26

1. 相关数据
2. 民族文化
3. 民族服饰
4. 民族婚俗
5. 民族禁忌
6. 节庆·活动

二、行程安排 27-42

1. 行程指南
2. 专线旅游
3. 徒步之旅
4. 夜间漫游
5. 团体观光
6. 市郊旅游
7. 专项旅游

三、风景名胜 43-64

1. 佛寺、塔、亭

- 曼阁佛寺
- 曼飞龙佛塔
- 曼全佛塔
- 景真八角亭
- 曼短佛寺
- 曼崩铜塔

2. 纪念像、纪念碑园

- 周恩来铜像
- 周恩来纪念碑园

3. 森林、公园

- 植物园
- 热带作物研究所

橄榄坝

勐腊原始森林

西双版纳原始森林公园

三岔河森林公园

打洛森林公园

翠屏峰热带雨林

野象谷

4. 山、水

南糯山

基诺山

曼典瀑布

孔雀湖

澜沧江、桥

5. 民居、树、边镇

傣家竹楼

水井塔

树包塔与塔包树

象树

茶王树

望天树

边镇打洛

四、西双版纳之最 65-66

五、旅游服务 67-88

1. 餐饮

特色餐馆

风味食品

2. 购物

土特产品

购物场所



3. 娱乐		航空
4. 住宿		水运
六、旅游须知	89-96	交通服务单位
1. 常用、急用电话		特别提醒
2. 实用指南		4. 旅游管理部门
3. 交通		5. 旅行社
公路交通		





中国旅游指南

中国旅游指南 编委会

西双版纳



中华书局





责任编辑: 李 森

美术编辑: 牛茜茜

平面制作: 许丽娟

图书在版编目 (CIP) 数据

西双版纳 / 《中国旅游指南》编委会编. —北京: 中华书局, 2001.2

ISBN 7-101-02835-7

I. 西… II. 中… III. 旅游指南 - 西双版纳傣族自治州
IV. K928.974.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 04368 号

中国旅游指南

西双版纳

《中国旅游指南》编委会编

中华书局出版发行
(北京丰台区太平桥西里 38 号 100073)
北京新华印刷厂印刷

2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月北京第 1 次印刷
印数 1 - 10000 册 定价: 10.00 元
ISBN 7 - 101 - 02835 - 7/K.1185

目 录

一、西双版纳概览 5-26

1. 相关数据
2. 民族文化
3. 民族服饰
4. 民族婚俗
5. 民族禁忌
6. 节庆·活动

二、行程安排 27-42

1. 行程指南
2. 专线旅游
3. 徒步之旅
4. 夜间漫游
5. 团体观光
6. 市郊旅游
7. 专项旅游

三、风景名胜 43-64

1. 佛寺、塔、亭

- 曼阁佛寺
- 曼飞龙佛塔
- 曼全佛塔
- 景真八角亭
- 曼短佛寺
- 曼崩铜塔

2. 纪念像、纪念碑园

- 周恩来铜像
- 周恩来纪念碑园

3. 森林、公园

- 植物园
- 热带作物研究所

- 橄榄坝
- 勐腊原始森林
- 西双版纳原始森林公园
- 三岔河森林公园
- 打洛森林公园
- 翠屏峰热带雨林
- 野象谷

4. 山、水

- 南糯山
- 基诺山
- 曼典瀑布
- 孔雀湖
- 澜沧江、桥

5. 民居、树、边镇

- 傣家竹楼
- 水井塔
- 树包塔与塔包树
- 象树
- 茶王树
- 望天树
- 边镇打洛

四、西双版纳之最 65-66

五、旅游服务 67-88

1. 餐饮

- 特色餐馆
- 风味食品

2. 购物

- 土特产品
- 购物场所



3. 娱乐		航空
4. 住宿		水运
六、旅游须知	89-96	交通服务单位
1. 常用、急用电话		特别提醒
2. 实用指南		4. 旅游管理部门
3. 交通		5. 旅行社
公路交通		





西双版纳概览





神奇美丽的西双版纳

西双版纳的气候

西双版纳东靠老挝，西南接缅甸，常年受印度洋西南季风和太平洋东南气流的影响；北以哀牢山、无量山两大山脉为屏障，阻挡北部寒流的侵袭。全州的气候：年温差小，日温差大，高温多雨，终年无霜，无四季之别，只有干湿之分。

全年中，4至10月为夏季，5至10月雨水较多，月平均气温在20—26℃间，最热为6至8月，气温可高达35℃左右，但早晚较凉爽，气温一般在20℃上下；这几个月中，如果持续高温3—5天，气温高达38℃左右，就是大雨来临的前兆。11月至翌年3月为干季，12月至2月的平均气温在15℃以上，多雾，最低气温可到8℃，但时间较短，一般不会超过20天。冬季在西双版纳，一件毛衣便可度过。

西双版纳傣族自治州位于云南省最南端。傣语“西双版纳”直译为“十二千块田”，实际上是指十二个行政区域。傣家人说西双版纳古时称为“勐巴纳西”，意思是“一块神奇、美好的理想国土”。傣族先民早在汉代就居住在云南的西南部，唐宋时先后隶属于南诏和大理国；元代隶属云南行省；明朝在这里全面推行土司制，明隆庆四年(1570)，宣慰刀应勐把管辖区划为12个征收负担的行政单位——版纳，西双版纳之名由此而来。

西双版纳地处横断山脉。全州95.1%是山地，4.9%是盆地，澜沧江及支流小黑河、南腊河、流沙河、南阿河、南果河等流经境内。年均气温21℃，年均降水1572毫米。森林覆盖率42%，为中国热带生态系统保持较完整的地区，有热带植物近5000种，动物900多种，有动植物王国之誉。富藏铁、盐、锰、铜、金、铝、锌、煤等矿产。

西双版纳是国家44处重点风景名胜区之一，她有着绮丽的热带风光和浓郁的民族风情。文物古迹有曼飞龙塔、明将李定国祠、景真八角亭、周恩来纪念碑园等。

名胜风景区有如曼听公园、孔雀湖、民族风景园等。自然景观榕树形成的“独木成林”天下罕见；马道子石洞分水、旱两洞为溶洞奇观；勐仑自然保护区以热带雨林风光闻名于世。



密林深处

西双版纳总共有着300多万亩自然保护区，其中70万亩是保护完好的原始大森林，森林占全州总面积近60%。州内到处青山绿水，郁郁葱葱。西双版纳境内共有植物2万多种，其中属热带植物5000多种，有食用植物1万多种，野生水果50多种，速生珍贵用材树40多种。许多植物是珍贵药材或具有特殊用途，如抗癌药物美登木、嘉兰，治高血压的罗芙木，健胃的槟榔，风吹楠的种子油是高寒地区坦克、汽车发动机和石油钻探增粘降凝双效添加剂的特需润滑油料，桐子油可替代柴油，被誉为“花中之王”的依兰香可制成高级香料，有1700多年前的古茶树，有天然的“水壶”、“雨伞”，有闻乐起舞、会吃蚊虫的小草等等。广大茂密的森林，给各种野生动物提供了理想的生息场所，目前已知有鸟类429种，兽类67种，西双版纳鸟兽种类之多，是国内其他地方无法比拟的，其中被列为世界性保护动物的有亚洲象、兀鹫、印支虎、金钱豹等，有国家一级保护动物野牛、羚羊、

春秋相间





菠萝蜜

相思豆

分藤本和木本两种。藤本为含羞草科，种子的一端带有小黑点，称孔雀豆。木本为红杉科乔木，树高30米左右，它多分布于云南的西双版纳、广东、广西等海拔1000-1500米的石山杂林中。这两种植物的种子为深红色，卵形或倒卵形。由于这种子长得象“心”，所以人们把它称作“相思豆”。每当秋季到来之际，到西双版纳旅游的中外朋友，如果能亲自采撷几颗“此物最相思”的红豆，寄给远方的亲朋好友，表达自己的相思之情，真是别有一番情趣。

懒猴等13种，还有许多二、三级保护动物。西双版纳还盛产橡胶，是全国第二大胶区，橡胶单产居全国之首。另外还盛产大米、多种热带水果和砂仁等珍贵药材，是名副其实的“植物王国”、“动物王国”、“绿色王国”、“南药王国”。

西双版纳属热带雨林气候，日照充足，雨量充沛，一年内分干季和湿季，年平均气温在21℃。干季从11月至翌年4月，湿季从5月至10月。终年无霜雪，年雾日达108—146天。景洪地区历史最高气温达41.1℃，历史最低气温2.7℃，常年适于旅游观光。

西双版纳是傣族的主要居住地。傣族的历史十分悠久，在长期的生活中，傣族人民创造了灿烂的文化，尤以傣历、傣文和绚丽多采的民族艺术闻名于世。早在1000多



美姿

年前，傣族的先民就在贝叶、绵纸上写下了许多优美动人的神话传说、寓言故事、小说、诗歌等，仅用傣文写的长诗就有 550 余部。《召树屯与楠木诺娜》、《葫芦信》等是其代表作，被改编成电影、戏剧后，深受国内外观众的喜爱。傣族的舞蹈

具有很高的艺术水平和鲜明的民族特色，动作多为模拟和美化动物的举止，如流行广泛的“孔雀舞”、“象脚鼓舞”等。傣族的音乐悦耳动听，除了为舞蹈伴奏外，常与诗歌相结合。雕刻、绘画也具有鲜明的特点。

傣族信仰小乘佛教，在傣族地区，佛塔和佛寺随处可见。傣族民居——竹楼，是我国现存最典型的干栏式建筑，造型古雅别致，住在里面清凉舒爽。傣族男子有纹身的习俗，表示勇敢、美观，亦能吸引异性的爱慕。

由于临近泰国、缅甸等佛教国家，西双版纳小乘佛教深入人心，处处可见充满东南亚风情的佛



傣家民居



神奇的西双版纳



佛家弟子

淌油的树

西双版纳的勐海县境内和景洪市的勐龙等地，生长着一种树叶大如手掌，树干上长有绒毛的树，只要挖一个洞或割一条深沟，用一根火柴一烧，马上就会流出油来，这种油可点灯，涂在家具上有防腐防蛀的作用。

寺、佛塔，家家都有俗家弟子。

西双版纳有滇南谷仓之称，主产稻谷、玉米、黄豆等。是全国第二个天然橡胶生产基地。境内有六大茶山，“普洱茶”、“大渡岗茶”名闻遐迩。砂仁产量居全国第二。另有甘蔗、花生、芝麻、水果、药材等经

济作物。副业有猪、牛、淡水鱼等。境内有11个国有农场。工业有采矿、电力、煤炭、建材、食品加工等支柱产业。在交通方面，有213、214国道过境。另有4条公路通往邻国。澜沧江可通航。民航班机通往昆明、成都和泰国的曼谷。

新中国成立后，西双版纳逐渐摆脱了原始习俗，步入了现代文明的行列。今日的西双版纳，通过陆空的立体交通网与外部世界紧密相连，已成为我国的热点旅游城市之一。



硕果

1. 相关数据

■位置

位于云南省南部的西双版纳傣族自治州境内。东临老挝，南靠缅甸，西濒云南西盟，北接思茅市。在北纬 $21^{\circ} 07'$ — $22^{\circ} 34'$ ，东经 $99^{\circ} 58'$ — $101^{\circ} 50'$ 之间，系北回归线以南，亚洲大陆向东南亚半岛的过渡地带。

■区划

辖景洪市、勐海县、勐腊县。

■面积

19112平方公里。

■人口

80余万人。

■民族

有傣、哈尼、基诺、布朗、瑶、拉祜等10余个民族。

2. 民族文化

傣族历史悠久，在近年发现的傣文史籍中，记述着远古时期傣族先民的有关史迹。公元前1世纪，汉文史籍已有关于傣族的明确记载。汉代称傣族为“滇越”、“掸”，唐代称为“金齿”、“银齿”、“白衣”，宋代沿称“金齿”、“白衣”，元、明写作“白夷”或“樊夷”，清代以来则多称为“摆夷”。但上述都是他称，至于傣族自称，则一直作“傣”。中华人民共和国成立后，废除了民族压迫制度，按照傣族人民的意愿，正式定名为“傣族”。

傣族青年



版纳风光





气泡鱼

在勐腊县的南阿、南腊等河流中生长着一种有趣的小鱼。当人们把它捉到手后，它便会像气球一样自然膨胀，圆如小球。如果用手搓揉，则越涨越圆，犹如充满气的气球，同时会发出“叽叽”响声。这种鱼身长6至7厘米，体如拇指大小，背部皮肤呈褐色，可食，腥味比其他鱼类浓烈，当地人把它叫做“气泡鱼”。



鼓乐

傣族人民在长期的生产实践中，创造了灿烂的文化，积累了丰富的科学知识，尤以傣历、傣文和绚丽多采的民间艺术著称于世。傣历叫祖赐历，俗称佛历，雏形是随着小乘佛教传入的，其起源与运用为时悠久而广泛，后吸收许多夏历成分，经傣族人民再创造，演变为今天使用的傣历。

傣族有自己的文字。通用的文字有两种，即傣那文和傣泐文。傣那文流行于德宏及耿马地区，傣泐文流行于西双版纳及孟连等地。两种文字同系拼音文字，由印度南部巴利文演化而来。

傣族的文学艺术丰富多彩，这是傣族人民长期辛勤创造出来的。同时，无论是在创作思想、题材和艺术风格上，都受到小乘佛教深刻的影响。文学的主要形式是诗，尤以叙事长诗十分发达。此外还有许多古老的神话传说，有优美动听的情歌对唱，还创造了独具风格的傣剧和舞剧等。

3. 民族服饰

■傣族服饰

有人说，傣族妇女的穿着打扮，是全世界最美丽的，它就像孔雀开屏一样，五彩缤纷，美不胜收，令人叹为观止。去过西双版纳的人，都觉得这话一点也不夸张。傣族妇女一般都长得身材苗条，面目清纯娇美，看上去婷婷