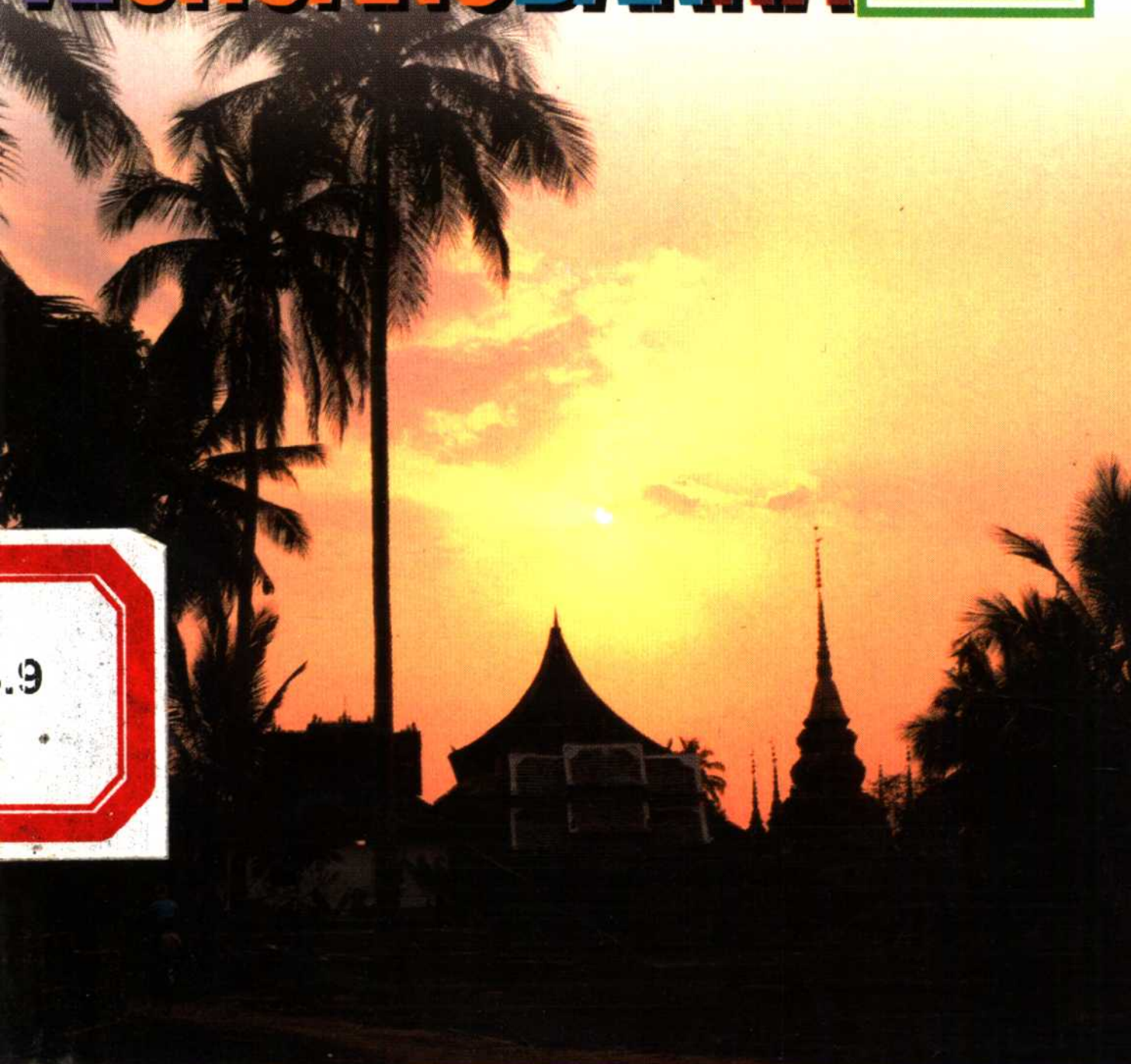


中国 旅游指南 CHINESE TOURISM GUIDE



西双版纳

XISHUANGBANNA



ZHONGHUA BOOK COMPANY



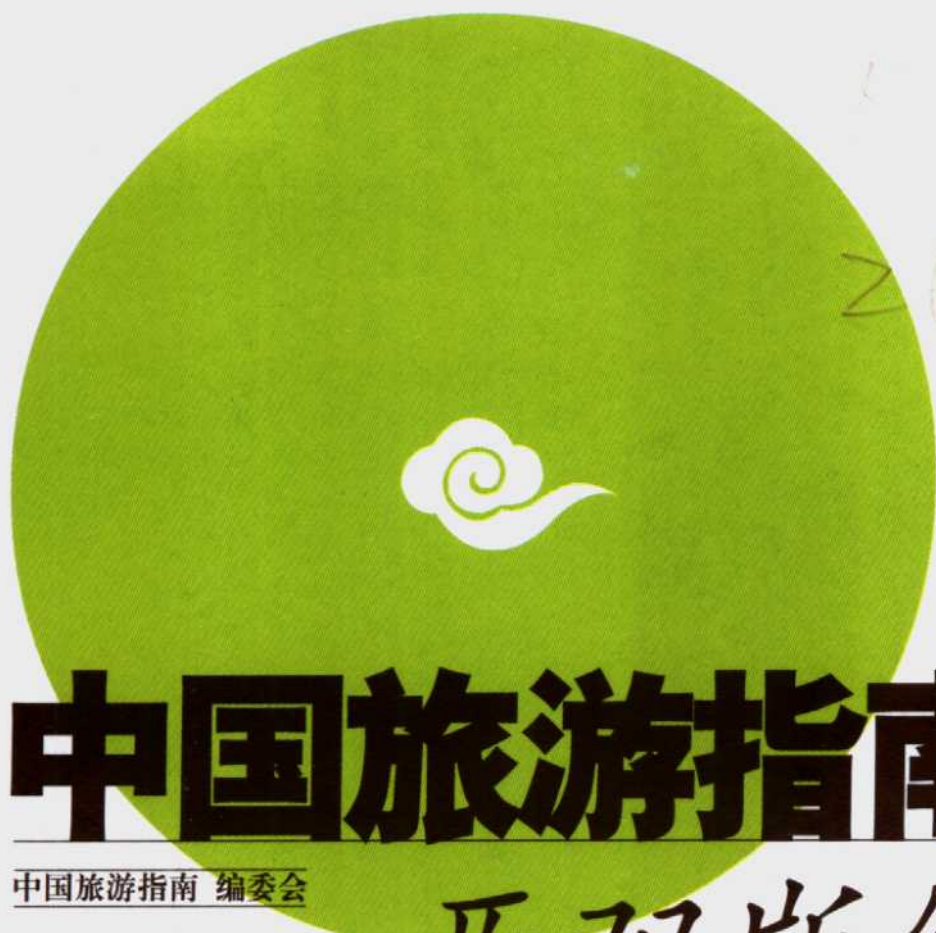
西双版纳在中国的位置



《中国旅游指南》丛书由中华书局《中国旅游指南》编委会创意、编纂。第三批推出《西双版纳》等26册，其它各册将陆续出版。《西双版纳》一书由编委会委托史绪、和东、刀美撰写。图片资料由新华社、彭建华、张彬等单位和个人提供，谨此一并致谢。

中华书局《中国旅游指南》编委会
2001年5月

9289
2621



中国旅游指南

中国旅游指南 编委会

西双版纳



A0920491



HAU3/15



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		
曼坐佛塔		
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

4. 住宿

六、旅游须知

89-96

1. 常用、急用电话

2. 实用指南

3. 交通

公路交通

航空

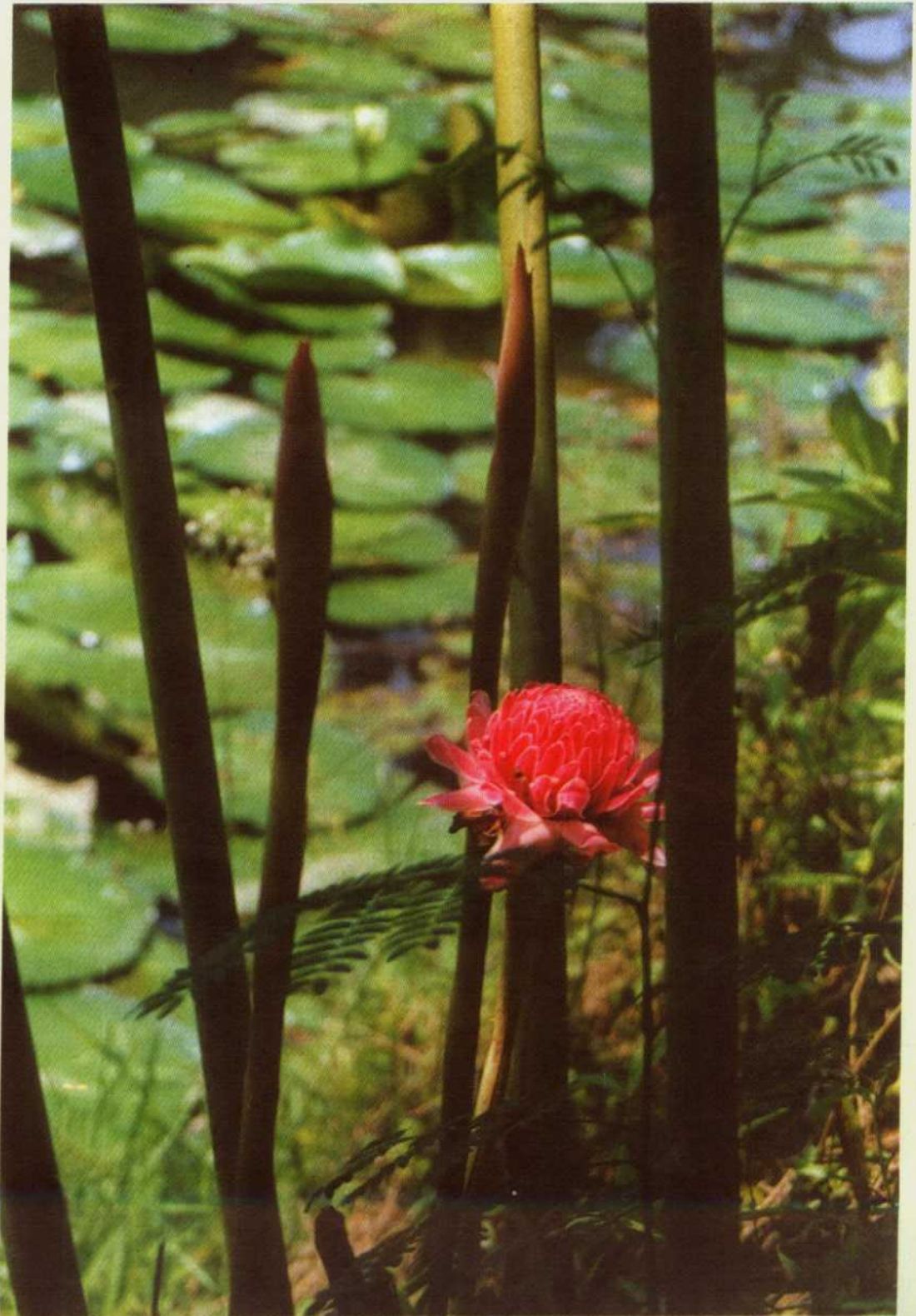
水运

交通服务单位

特别提醒

4. 旅游管理部门

5. 旅行社



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



傣家民居

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。



神奇的西双版纳

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



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”。

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



鼓乐



傣族少女

玉立，仪态万方，因此素有“金孔雀”的美称。她们不仅长得美，而且还善于打扮，用独具特色的服饰把自己装扮得个个如花似玉。傣族妇女一般喜欢穿着窄袖短衣和筒裙，把她们那修长苗条的身材充分展示出来。上面穿一件白色或绯色内衣，外面是紧身短上衣，圆颈窄袖，有大襟，也有对襟，有水红、淡黄、浅绿、雪白、天蓝等多种色彩，多用乔其纱、丝绸、的确良等布料缝制。窄袖短衫紧紧地套着胳膊，几乎没有一点空隙。有不少人还喜欢用肉色衣料缝制，若不仔细看，还看不出袖管，前后衣襟刚好齐腰，紧紧裹住身子，再用一根银腰带系着短袖衫和筒裙口，下着长至脚背的筒裙，腰身纤巧细小，下摆宽大。傣

树上“虾泉”

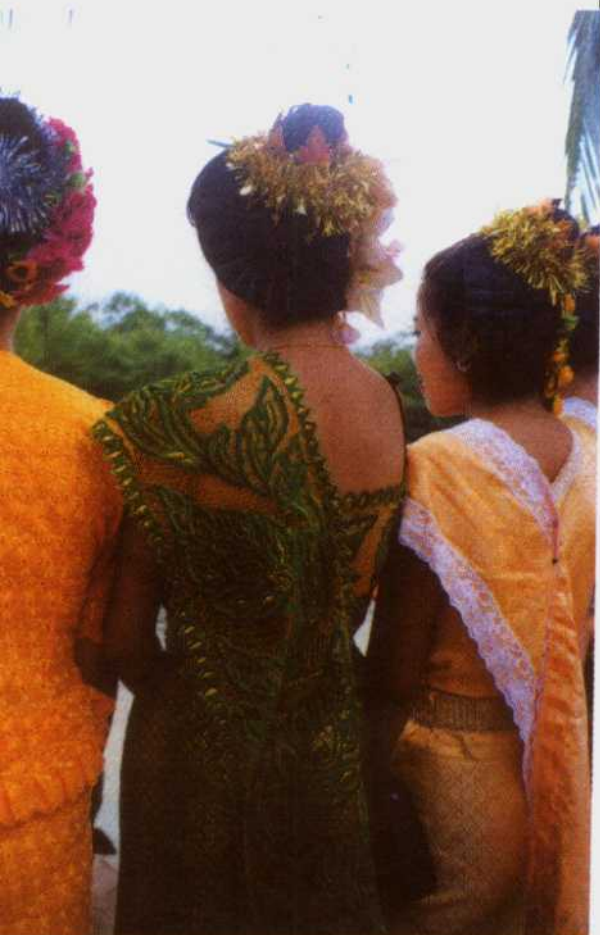
西双版纳的边防战士，在密林深处发现一棵百年大榕树，该树腰围过丈，枝叶茂盛，参天蔽日，神奇的是，这棵大榕树树干上生有一“虾泉”。在大榕树离地面6米多高的主干上，生有一个拳头般大的树洞，每年一到夏季，洞中便有一股清泉汩汩涌流而出。同时有一种呈紫黑色的小虾，随泉水从洞中成群结队鱼贯而出，一天涌出的小虾竟有一斤多。

由于有“虾泉”的缘故，附近鸟雀纷纷在这榕树下筑巢产卵，定居栖息，树上十多种鸟雀，筑有近百个鸟巢。每日清晨，百鸟嬉闹，跳跃于枝叶间，啼鸣之声清脆悦耳，在山谷中久久回荡。

“虾泉”地处绵延高山之上，离地表水源较远，只有距榕树5公里地的小溪中，才有同种小虾。泉水和小虾从树洞中流出，便成了一个令人费解之谜。

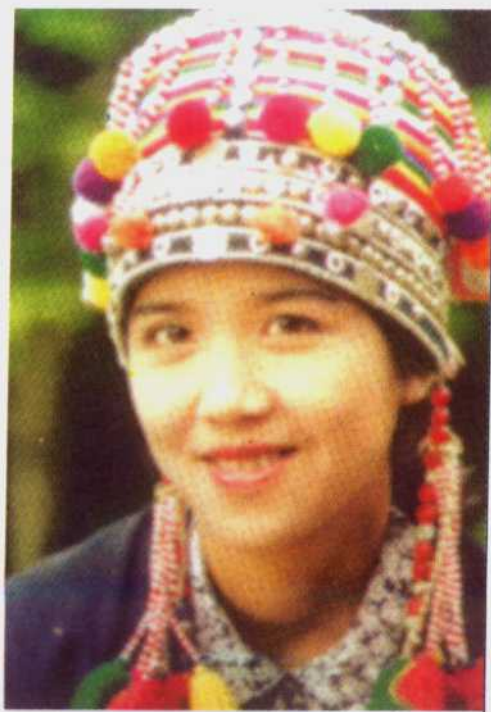


虾泉



傣族服饰

哈尼族少女



族妇女的这种装束,充分展示了女性的胸、腰、臀“三围”之美,加上所采用的布料轻柔,鲜艳明快,无论走路或做事,都给人一种婀娜多姿、潇洒飘逸的感觉。

今天西双版纳傣族妇女的服装,既保持过去古老服饰的某些传统,又有新的改革与创新。过去布料是自己织的,常见的是红、黑、蓝色的棉布。如今随着生活的富裕,布料由棉布、的确良演变为真丝绸缎。无论青老年妇女,腰间均系有一根银色腰带,宽约3—4厘米,闪闪发光,越发显得身材修长与苗条,格外引人赞美。傣族男子一般都穿无领对襟或大襟小袖衫,下穿长管裤,用白布、青布或绯布包头,有的戴呢礼帽,显得潇洒大方。傣族无论男女,出门总喜欢在肩上挎上一个用织锦做成的挎包(筒帕)。挎包色调鲜艳,风格淳朴,具有浓厚的生活色彩和民族特色。图案有珍禽异兽、树木花卉或几何图形,形象逼真,栩栩如生。每一种图案都含有具体的内容,如:红、绿色是为了纪念祖先;孔雀图案表示吉祥如意;大象图案象征着五谷丰登、生活美好等。这些都充分表现了傣族人民对美好生活的向往和追求。

■哈尼族服饰

西双版纳哈尼族男子穿藏青色小土布做的右襟或对襟上衣和长裤,沿襟镶两行大银片和银币,两侧配以几何纹布,以黑布包头。妇女的服饰,多穿无领右襟上衣,露臂,下穿短裙,裙子分成两节,上节为白色,下节为黑色,脚裹护脚,胸前挂成串的银饰,头戴有小银泡的圆帽。男子帽子前端有一条丝线绣的花纹;女孩的帽子