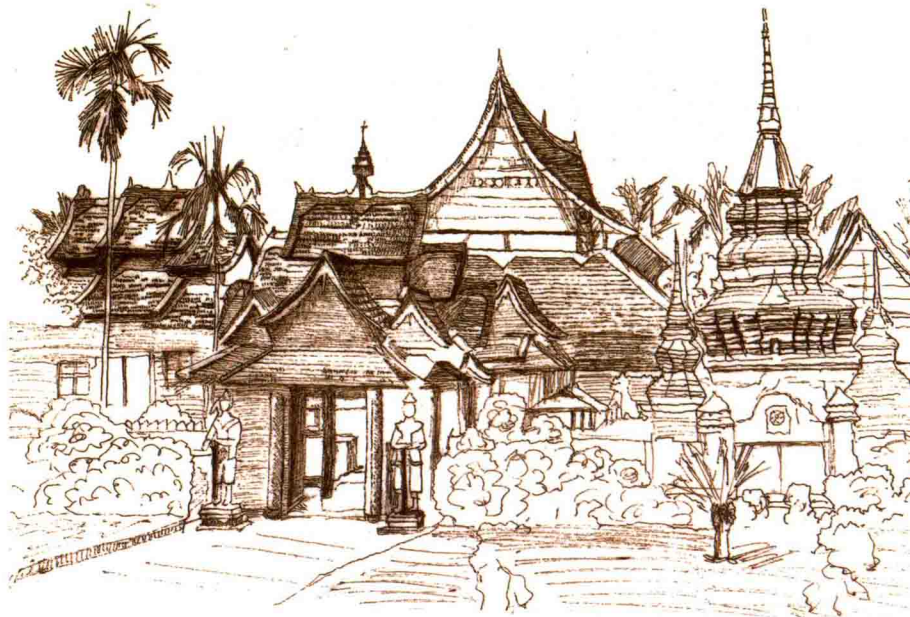


中国乡土影像

ZHONGGUO XIANGTU YINGXIANG



# 西双版纳

## 理想而神奇的乐土



张佐张俊 ◇编著

我们18年前就认识版纳了，可谓一见钟情，相见恨晚，与她离别时，留下了许多没看够的遗憾，还有一肚子悬念。于是我迫不及待地寻求机会重新相见……由于路途遥远，闲暇有限，总是“相见时难别亦难”，如此这般我们多次进版纳。与她分手时，总爱唱那老歌“我想看个够啊，总也看不够”！

中国旅游出版社

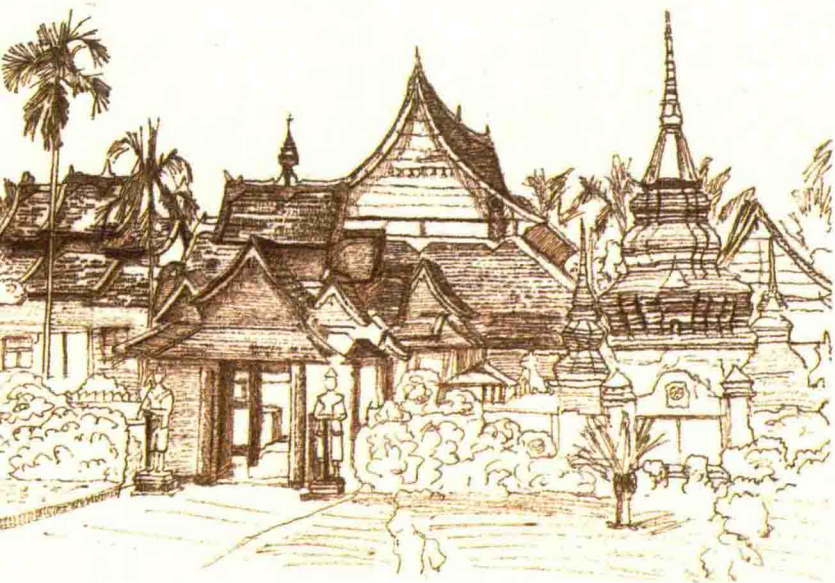
中国古文化景观  
ZHONGGUO XIANGTU YINGXIANG

# 西双版纳

张俊

佐著

中国旅游出版社



责任编辑：吴博雅 王建华 王 丛 董星辰 占雪莲  
插 图：彭辉忠  
责任印制：冯冬青

---

**图书在版编目 ( C I P ) 数据**

西双版纳 / 张佐, 张俊编著. --北京: 中国旅游出版社, 2015.4  
(中国乡土影像)  
ISBN 978-7-5032-5256-3

I. ①西… II. ①张… ②张… III. ①旅游指南-西  
双版纳傣族自治州 IV. ①K928.974.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第029767号

---

**书 名：**西双版纳

---

**作 者：**张 佐 张 俊  
**摄 影：**张 俊 张 佐 于建明 刘扬武 余 志 王德佩  
张 伟 王海宁 杨 波 马 华 张 宾 王汝俊  
张永昌 谢 玲 张 仪 王桂枝 张明昌 梁馨文  
马俊英 王举东 钱 朝 谭春红 许 浩 陈 勇

**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@ccta.gov.cn](mailto:cttp@ccta.gov.cn)  
营销中心电话：010-85166503

**排 版：**北京中文天地文化艺术有限公司  
**印 刷：**北京全景印刷有限公司  
**版 次：**2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷  
**开 本：**720毫米×970毫米 1/16  
**印 张：**14  
**字 数：**176千  
**定 价：**49.00元  
**I S B N** 978-7-5032-5256-3

---

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

## 理想而神奇的乐土

我们18年前就认识版纳了，可谓一见钟情，相见恨晚，与她离别时，留下了许多没看够的遗憾，还有一肚子悬念。于是我迫不及待地寻求机会重新相见……由于路途遥远，闲暇有限，总是「相见时难别亦难」，如此这般我们多次进出版纳。与她分手时，总爱唱那老歌「我想看个够啊，总也看不够」。

## 前言：神奇版纳青春常驻

如果你爱美又有好奇心，却没有到过西双版纳，那么可以说你对什么叫神奇美丽还缺乏亲身体验。

西双版纳这片热土是云南最早让旅游业变成摇钱树的地方。这个神奇美丽的地方，多年来吸引着许多文艺工作者涌来，孕育了不少文学艺术精品，反映“知青”生活的热播电视连续剧《孽债》就是一例。

为什么版纳能有如此魅力？《理想而神奇的乐土：西双版纳》会告诉你，只要一打开它，你就会着迷，乍看也许你会认为这是本有趣的旅游“神话书”。

待你走进版纳，当你不相信自己眼睛的时候，当你不相信自己耳朵的时候，当你怀疑常识失效的时候，再打开这本“神话书”，也许你会惊讶，正是书中这些“荒诞”的说法，给你解了惑。你会为有了贴身的“导游”而庆幸，它随时为你指点迷津，不仅带你玩（它连门票的价格都知道），还带你吃（熟悉餐馆的位置）；你会为有了幽默的旅伴而开心，它会表达自己的感受，引你共鸣，逗你发笑。

西双版纳的神奇真能让人怀疑自己的一切吗？

如果有当地女孩来撕你的衣服，你该怎么办？

如果走进当地人家做客，人家拿老鼠给你吃，你该怎么办？

如果你走进佛寺拜佛，却被赶出殿门，你该怎么办？

如果有人给你吃进一粒小果子后，你再吃鲜柠檬却成了柚子味。是被人施了魔法吗？

为什么有人说蚊虫被这朵花吃了，你纠错，却反被人笑？

为什么有人抢姑娘的头巾，你见义勇为，帮她夺回来，人家反怪你多事？





游者，也不宜一味跟风，先天不足的新景观多的是。对新老景观都不可满足于浮光掠影“看热闹”，也要“上台阶”，适当住下来“看门道”。对同一景点的欣赏还可以从多角度、多层次去审视她，比如同样是佛寺、佛塔，版纳就和全国其他地方截然不同，这后面就有文化。又如傣族妇女的苗条身材就跟饮食文化有关。

近 10 年游客数量逐年滑坡的版纳，突然有人说，2010 年，全州接待了国内外旅游者 853.14 万人次，是“十五”末期 282.54 万人次的 3.02 倍。这一说法靠得住吗？这是西双版纳州旅游局的统计数据。那么是一度冷落版纳的游客走错门了吗？不是！是版纳重新火起来了！

为适应度假旅游时代的来临，版纳经二次创业，迎来了“第二春”。而今景洪已建成全国优秀旅游城市，还出现了勐景来、勐泐大佛寺等有特色的景观。从景区数量到交通、住宿等基础设施都上了新台阶。

今天西双版纳的亮点委实太多，凭一本小册子实难“一网打尽”。本书力争从新角度发掘老景物，也不惜笔墨力推新亮点。比如传统风味饮食，笔者认为傣族文化的重要组成部分之一，一般的书仅作条目式介绍，本书作了体验式讲述，并适当注入其文化内涵。

本书行程中的情趣与体验给你浪漫与幽默，衣食住行又为你“指路导航”。此书卷一至卷四由张佐撰写，其余内容为张俊撰写。

此书因时间、资料与作者的学识所限，谬误之处在所难免，望专家与读者不吝赐教！

## 概说：神奇美丽的西双版纳

神奇、美丽的西双版纳，犹如一颗璀璨的明珠镶嵌在祖国的西南边疆，奇特的亚热带风光和浓郁的民族风情撩拨着人们的无限遐想。

西双版纳历史悠久，古称勐泐，早在汉代就已划入祖国版图。东汉属永昌郡（今保山）管辖。唐宋时期归“南诏国”统治。傣历 522 年，为 1160 年（南宋时期），帕雅真征服勐泐地区各部落，建立“景陇金殿国”（勐泐国）。元朝于 1296 年设置彻（车）里路军民总管府。之后先后称车里军民宣抚司、车里军民府、车里宣慰使司。

傣历 944 年，1582 年（明代）开始首次出现“西双版纳”这一名称。“西双版纳”即“十二”，“版纳”是“一千块稻田”，“西双版纳”的意思是“十二千田”。当时的封建领主计算傣族领地时，以稻田划分行政区，当时有 12 个领主，各分管着 12 块大稻田，于是用 12 块领地定作地名。

中华人民共和国建立之后成立民族自治州时沿用旧名，定名为“西双版纳傣族自治州”。

西双版纳州位于云南南部，州府景洪距省会昆明 575 千米，全州面积为 19700 平方千米，辖 1 市 2 县。东、南、西三面与老挝、缅甸为邻，拥有 966.3 千米长的国境线，州内有 3 个国家级口岸，1 个省级口岸。全州属横断山系纵谷区最南端，地势由北向南倾斜，最高处为滑竹梁子，海拔 2429 米，最低处为澜沧江出境处，海拔 480 米。西双版纳地形多为低矮的山丘与群山环抱的坝子。境内有无量山等山余脉分布，有澜沧江等江河奔流。

西双版纳州地处北纬  $21^{\circ} 10' \sim 22^{\circ} 40'$ ，东经  $99^{\circ} 55' \sim 101^{\circ} 50'$ ，属北回归



线以南的热带湿润区，这里没有四季，一年只分两季，即雨季和旱季。这是个没有冬天的地方。

今天与西双版纳在同一纬度的世界上其他地区，几乎都是茫茫一片荒无人烟的沙漠戈壁，唯有这里的2万平方千米的土地是一块绿洲，似一颗镶嵌在皇冠上的绿宝石，格外耀眼，被誉为地球上的一大自然奇观。版纳是全国唯一热带雨林自然保护区，占地300多万亩，其中70万亩是保护完好的大原始森林，并被接纳为国际生物圈保护区。在这片富饶的土地上，有占全国1/4的动物和1/6的植物，是名副其实的“动物王国”、“植物王国”和“南药王国”。

西双版纳拥有多项纪录入选中国和世界之最。西双版纳是全国第二大产胶区，橡胶单产居全国之首，鸟类品种居全国第一。

西双版纳森林占全州总面积近60%。优越的地理环境和气候条件，孕育了丰富的生物资源。境内共有植物20000多种，其中食用植物10000多种，热带植物5000多种，野生水果50多种，速生珍贵用材树40多种，珍贵药材数十种。幸运的西双版纳几乎没有受到第四纪冰川南移的破坏和影响，被地质学家称为“古热带地区”。这块风水宝地，让一些生物逃过了大劫难，所以世界上大部分地方早已绝迹的许多古热带植物被保存下来了，桫欏就是少数幸存者之一。走进西双版纳热带雨林会给您许多意想不到的惊喜与震撼！许多植物都十分稀罕，有的是难得一见树木中稀客；有的神通广大，令人惊叹。有抗癌药物美登木、嘉兰；治高血压的罗芙木；健胃的槟榔；有被誉为“花中之王”的依兰香，可制成高级香料；有1700多年前的古茶树；有闻乐起舞的草、会吃蚊虫的花、见血封喉的树……

广大茂密的森林，给各种野生动物提供了理想的栖息场所。目前已知有鸟类429种，占全国鸟类总数的2/3；兽类67种，占全国兽类总数的16%。西双版纳鸟兽种类之多，是国内其他地方无法相比的。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、懒猴等13种，还有许多二、三类保护动物。到版纳旅游，有时会看到美丽的孔雀、白鹇、犀鸟在林中飞翔；有时会与羚羊、野鹿相遇在林中；有时大象会突然出现在公路上。

西双版纳主要景区分三大块：景洪市风景片区、勐海县风景片区、勐腊县风

景片区；共有 19 个风景区，800 多个景点，总面积 1202.53 平方千米。有多个旅游景区属国家 3A 级以上，其中 4A 级景区 7 个，还有顶级的 5A 级景区——勐仑植物园。

西双版纳境内现有 90 多万人口，是一个以傣族为主的多民族聚居地，世代居住着傣、哈尼、拉祜、布朗、基诺等 13 个少数民族，各民族都有较为集中的聚居区。西双版纳的民族文化从宏观看主要由本土文化、东南亚文化、中原汉文化组成。各民族的文化又各具特色，不同的风俗习惯、宗教信仰和节庆活动，使西双版纳的民族风情丰富多彩。

西双版纳作为云南旅游的老品牌，在全国乃至全世界都享有较高知名度。近年省内外新兴旅游项目迅速崛起，西双版纳相形之下显得发展缓慢，出现旅游产品趋于老化的状况。加之近几年纯粹的观光旅游已不能满足世界市场的需求，休闲度假旅游正逐渐成为国内外旅游业的主流。

为适应新形势，2006 年，西双版纳旅游进行了二次创业，做了个华丽转身。版纳旅游抓住“热、傣、水、边”四大特点，打出了“热带雨林、避寒胜地、和谐家园、神秘风情”这个独特品牌。“热”，它是中国大陆唯一拥有热带雨林的城  
市，具有中国大陆唯一、世界其他地区少有的热带雨林气候，具备发展反季节休闲度假旅游的最大优势；“水”有“东方多瑙河”——澜沧江—湄公河这一国际河流；“傣”有中国唯一的傣族自治州，民族风情浓厚；“边”有边境城市、国际风情城市和参与大湄公河次区域合作先导城市。

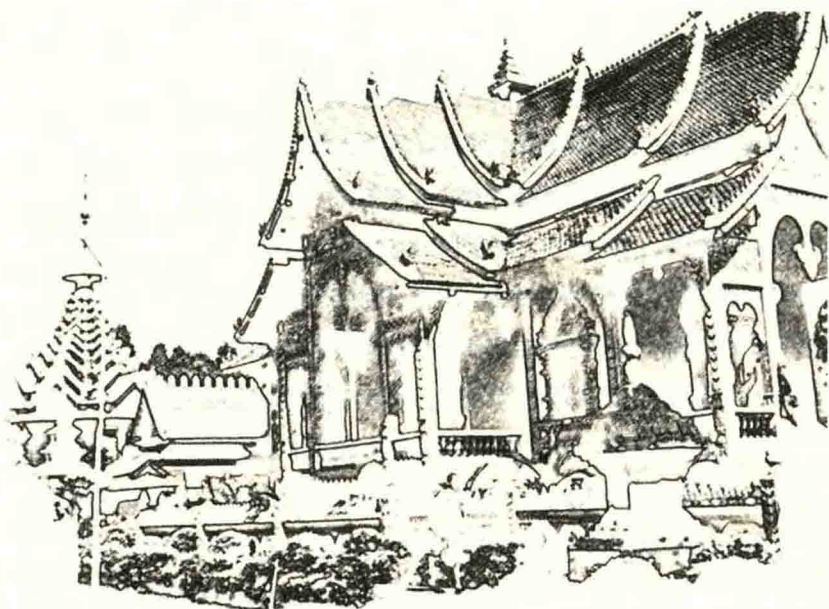
喜看今天的西双版纳，旅游基础设施已配套完善，全州已经形成水、陆、空立体交通网。景洪机场是云南省内第二大航空口岸，共开通 29 条国内、国际航线。随着昆曼国际大通道的打通，从西双版纳到泰国、老挝已实现水、陆、空三线并发。可以预见，立体多元的交通网络，将使西双版纳成为主导推进“大金三角”国际旅游区的国际枢纽。

目前，西双版纳已建成全国优秀旅游城市一座，省级旅游度假区一个；旅游星级饭店 42 家（其中四星级饭店 4 家）。以云茶源、勐泐大佛寺、望天树、勐远仙境、勐景来、曼景法、植物园等为代表的一批新建或提升改造的特色精品旅游景区、旅游特色村已向游客开放。

近年西双版纳充分挖掘特色文化，推出了“勐巴拉娜西”、“澜沧江·湄公

河之夜”篝火晚会两台大型精品演艺节目。推出了“天天泼水节”、歌舞伴餐等民族风情活动。傣族的泼水节、贝叶经、傣锦、章哈、慢轮制陶、象脚鼓舞、基诺族大鼓舞等具有浓郁民族民间文化特征的七个项目已被列为国家级非物质文化遗产保护名录。

西双版纳有望成为继清迈、琅勃拉邦之后的国际休闲度假城市。



卷一 景洪市区 / 1

- 奇花荟萃的热带花卉园 / 1
- 民族风情园展示的不仅是风情 / 8
- 西双版纳佛寺之首 / 17
- 景洪资格最老的佛寺 / 20
- 东方的狂欢节——泼水节 / 22
- 龙舟竞渡澜沧江 / 28
- 难忘的澜沧江畔的烟火 / 32
- 晚上赛过白天的春欢公园 / 36
- 版纳历史文化的窗口  
——勐泐文化园 / 42

卷二 北线景区 / 49

- 观象的最佳景区 / 49
- 原始森林公园乐趣多 / 57
- 勐养的树变“象” / 67
- 走进基诺山寨 / 69

卷三 东线景区 / 83

- 傣族风情尽在橄榄坝 / 83
- 神奇的勐仑植物园 / 109
- 绿石林森林公园 / 120
- 在补蚌雄视热带雨林 / 123

卷四 南线景区 / 129

- 版纳第一塔——曼飞龙塔 / 130
- 南传佛教中第一高的佛像 / 133
- 比曼飞龙塔还古老的爷孙塔 / 136
- 罕见的空心塔与传说 / 138
- 四座值得一看的塔 / 140
- 另类水井遍傣乡 / 142

卷五 西线景区 / 147

- 声名远播的景真八角亭 / 147
- 国宝级的曼短佛寺 / 150

登景思山观塔 / 153

版纳一绝的独树成林 / 155

中缅第一寨勐景来 / 158

走进打洛边境公园 / 174

原生态的布朗山 / 182

卷六 品尝风味食品 / 189

餐桌上的探秘之“旅” / 189

烧烤夜市开眼开胃 / 196

饭的另类吃法 / 201

普洱茶的家乡在何方 / 204



## 卷一 景洪市区

### 奇花荟萃的热带花卉园

来到景洪如果没去热带花卉园，可说是既对不起绚丽多姿的热带奇花异卉，更对不起自己的版纳之行！

热带花卉园坐落在景洪市区云南省热带作物科学研究所（简称热作所）内。

热作所内一条油棕树组成的林荫大道，引领我们走进一派热带风光的园林。之后，相继进入视野的是科研大楼、竹楼宾馆、波光粼粼的人工湖泊和多功能的别墅式度假村。各类建筑群间种满了奇花异草、热带植物。

热作所占地 1200 多亩，分为香料作物区、水果区、药物

◇上图  
热作所内的度假村



区、经济林木区，建有热带花卉园、科技陈列馆、周总理纪念碑等十几个景点。热带花卉园通过热带花卉以及热带植物园林景观展示科普内涵，是集科研、科普、旅游观光、休闲度假等功能为一体的主题公园。园内荟萃了各种热带花卉、热带果木、热带经济林木近 1000 种，保存着 300 多个热带花卉品种，是一个资源保护和开发利用并重的种植资源库，也是全国 4A 级风景区。园中有可行驶汽车的柏油路，环绕着整个园林，将各个景区串联为一体。各个景区内，有若干条步行小道，方便游览者到园中各个角落寻幽探奇。

热带花卉园有很高的科普旅游价值，参观它好似上一堂形象的热带花卉、热带水果、药用植物的知识课。它通过独特的创意与新颖的园林布局，把这些与人类生活息息相关的热带花卉和植物的神秘面纱揭开。

热带花卉园，是热作所内最精彩的一园，它分为百草园区、棕榈植物区、稀树草坪区等园区。

百草园中荟萃了诸多奇花异草，有花草园、空中花园、盆景园和观叶植物园等小花园，可谓“园中有园”。最巧妙的是空中花园，它由乔木、灌木、草本相间搭配而成。把热带水果、经济林木及各种热带花卉，各得其所地组成一个多层次的立体景观，是热带地区得天独厚的自然条件所造就的，虽由人作，宛自天成。

### 傣家少女为何钟情鸡蛋花

满树火红的是紫荆花，它是大名鼎鼎的香港特别行政区区花，又叫洋紫荆、红花紫荆。

花丛中虽然五彩缤纷，可是很少见一花两色，鸡蛋花却是个例外。此花颜色素雅，花瓣外白内黄，恰似鸡蛋煮熟后切为两半，因此得名鸡蛋花，又名鸡卵

花、蛋黄花。鸡蛋花因由缅甸、印度传入我国，故也称缅栝子、印度素馨。傣家少女为何对鸡蛋花情有独钟，常戴在发髻上，因为它象征少女的纯洁、美丽和高雅。鸡蛋花不仅名字多，治病的本事也多，可以治肺炎、肝炎、消化不良、急性支气管炎、痢疾、肠炎、感冒发热，还可以预防中暑。

炮仗花之名真传神！串串花朵悬垂，这假炮仗的样子几乎可以乱真。而且它善解人意，每逢需要放炮仗的春节前后才开花，因为它增加了过年的喜庆气氛而备受人们欢迎。

被称为“中国结”的鸚鵡兰因为漂亮很逗人喜爱，麒麟刺的花生得很平凡，它的茎却是生满了刺的“护花使者”，真是想要爱你不容易。还有一种雪白的花，中间却长出几瓣玫瑰红的花瓣来，犹如美女白白的脸上点缀着的红唇，姑且叫它“美女唇”吧。

奇异美丽的花太多了，这样的美，靠听人讲是不行的，必须身临其境，才能大饱眼福！

### “大款”也怕“小蜜”傍

棕榈园内约有棕榈科植物 40 种，这是植物界中很有经济价值的一个科。

那一排挺着“将军肚”的树很富态，它又是棕榈科中的“大个子”，因此被尊为“棕王”；它的树干颇似傣家人的象脚鼓，所以又有“象脚鼓树”之称。

被称为“世界油王”的油棕，每亩年产油 100 ~ 350 斤，是花生的 5 倍，菜籽的 10 倍，每棵结

◇左页左图  
尚未开花的“鸡蛋花”

◇左页右图  
麒麟刺，想要爱你不容易

◇下图  
“大款”也怕“小蜜”傍



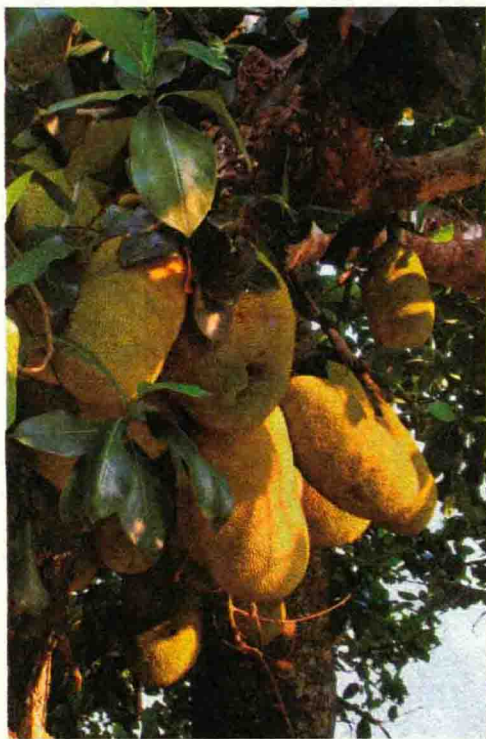


果期长达 40 ~ 50 年，高产期 25 年左右。

我们看到有棵高高的油棕被一棵小叶榕包裹起来，不知为什么，它的叶子已经有些枯黄。原来这种现象在植物界被称为“绞杀”，被人们戏称为“小蜜傍大款”。绞杀现象是因为飞鸟啄食榕树的果实，又不能完全消化，随着粪便排泄在油棕树上生根发芽之后发生的。在油棕树上生长的榕树根随着油棕树干往下延伸，并组成一个网状外套，死死地包扎着油棕，时间长了榕树的根逐渐深入土中，生长旺盛起来。这样油棕往外长，榕树往里长，彼此对抗，久而久之由于小叶榕过多地争夺了油棕的养分，“小蜜”们就这样“温柔”地把“大款”缠死了。油棕树被“绞杀”死，榕树就形成了一棵空心树。这种绞杀现象在热带雨林中很常见，虽然它是植物调整自身生存环境的适应性行为，却是一种霸道的行为。

### 热带百果大汇聚

百果园里椰林婆娑摇曳，一派热带风光。在“椰子王国”的菲律宾，椰子被称为“生命之树”。



椰子不仅高大挺拔而且全身都是宝，从外层的椰壳，到挖开来的白嫩椰肉，皆有用处。椰肉做成的干果，香甜脆俱全，很有嚼头。用椰肉压出的椰奶，加热浓缩，是老少咸宜的椰子水果糖。椰汁是椰子壳内的水分，味道清甜，是夏日最好的清凉饮料，还能瘦身。椰壳能加工成椰子炭，是甲醛的克星，能净化水质。椰花可提炼椰糖，能预防糖尿病和心血管疾病，这椰糖可不是市场上卖的“椰子水果糖”。

这种叶子分为三棱叠生的是三角椰子，不管从哪个面看，都像孔雀开屏般美丽可爱，因为逗人喜爱，所以