



自游自在

# 越南经典之旅

Vietnam

墨刻编辑部 编著

人民邮电出版社  
北京





Nhà rông người Ba Na  
Tỉnh Kon Tum  
Làng Kon Rbông  
Cao 83, 500 m  
Maison commune Bahnar  
Préfecture de Kon Tum  
Village de Kon Rbông  
Altitude: 500 m  
Bahnar Communal House  
Kon Tum Province  
Kon Rbông village  
Altitude: 500 m

Nhà rông Ba Na được thực hiện  
với sự trợ giúp của Bộ Ngoại giao  
Cộng hòa Liên bang Đức, 2003  
Avec le soutien du Ministère des  
Affaires étrangères de la  
République Fédérale d'Allemagne,  
2003  
With the support of the Ministry of  
Foreign Affairs of the Federal  
Republic of Germany, 2003  
Diese Holz- und Weiden-  
Konstruktion des Auswärtigen  
Amtes  
des Bundesrepublik Deutschland  
2003

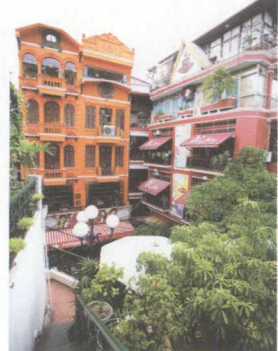




越南

# 概况

Vietname Profile



© MOK 李玲摄



© MOK 李玲摄



© MOK 李玲摄



EMOOK 李玲摄

## 一分钟读越南



© MOOK 李美玲摄

### 【国名】

越南社会主义共和国 (The Socialist Republic of Viet Nam)。

### 【面积】

329 556平方公里。

### 【人口】

8616万 (2008年)，有54个民族，京族占总人口89%，岱依族、傣族、芒族、华人、依族人口均超过50万。

### 【语言】

主要语言为越南语 (官方语言、通用语言、主要民族语言均为越南语)。

### 【主要宗教】

佛教、天主教、和好教与高台教。

### 【首都】

河内 (Ha Noi)，2008年8月1日，原河内市与整个河西省、永富省迷灵县、和平省梁山4个乡合并，新河内市总面积3340平方公里，人口652万人 (2008年)。夏季平均气温28.9℃，冬季平均气温18.9℃。

### 【地理位置】

位于中南半岛东部，北与中国接壤，西与老挝、柬埔寨交界，东面和南面临南海。海岸线长3260多公里。地处北回归线以南，属热带季风气候，高温多雨。年平均气温24℃左右。年平均降雨量为1500—2000毫米。北方春、夏、秋、冬四季分明。南方分雨旱两季，大部分地区5—10月为雨季，11月至次年4月为旱季。

### 【简要历史】

公元968年成为独立的封建国家。1884年沦为法

国保护国。1945年9月2日宣布独立，成立越南民主共和国。同年9月法国再次入侵越南，越南人民进行了艰苦的抗法战争。1954年7月，关于恢复印度支那和平的日内瓦协定签署，越南北方获得解放，南方仍由法国 (后成立由美国扶植的南越政权) 统治。1961年起越南开始进行抗美救国战争，1973年1月越美在巴黎签订关于在越南结束战争、恢复和平的协定，美军开始从南方撤走。1975年5月南方全部解放，1976年4月选出统一的国会，7月宣布全国统一，定国名为越南社会主义共和国。

【电压】220伏特

### 【时差】

比北京时间慢1小时。



© MOOK 李美玲摄



© MOOK 李美玲摄

越南必游景点

# 跨越时空

Vietnam Hottest Spots



©MOOK 李美玲摄

越南的国土南北狭长，大致可分为北、中、南越；北越以河内为中心，自11世纪起便是王朝首都，深具历史文化气息；中越则是越南旅游的重点，拥有4处列入世界遗产的景点，包括顺化、会安、美山圣地及风雅一格邦国家公园；南越以胡志明市为中心，这个旧名西贡的城市，深具商业传统，近年来经过革新开放，已逐渐恢复昔日的经济活力。



©MOOK 李美玲摄

## 下龙湾 | p.76

曾现身于多部电影里的下龙湾，可说是越南知名度最高的景点了。下龙湾的海面上散布着形状各异的岛屿，不论在蓝天下或烟雨中，都别有一番风味。而岛上的石灰岩溶洞里，有着经过千万年才形成的钟乳石和石笋，交织成一幅如梦的景色，也引发了各种美丽的传说与遐想……



©MOOK 李美玲摄

## 36条古街区 | p.44

36条古街区是个风味独特的旅游地点。在古时，为了服务皇室，许多商店和手工业从全国各地被集中到皇城附近定居，每种行业集中在一条街，街名便以该行业命名，因而形成了陶器街、笔街、鞋街、布街、鱼街、祭祀用品街，等等。经过千年的演变，这地区现在已有76条街，部分仍保留原始的街名。

## 越南必游景点





### 升龙水上木偶戏院 | p.36

这种在水上表演的木偶剧，全世界独一无二，有着深厚的农耕文化传统。演出的舞台是个长方形的水塘，演员隐身幕后，灵活地操纵特制的木偶演出。内容以农村的日常生活为主：插秧、放牛、捕鱼，赛龙舟……以轻松逗趣的方式演出，有寓教于乐的功能。

© MOOK 李美玲摄



### 越南民族博物馆 | p.73

这里收藏了越南境内54个民族的文化，包括服饰、乐器、耕作器具、婚丧喜庆用品、祭祀用品……丰富多彩，十分有看头。尤其是户外区，实际请来部落的师傅，在这里搭起多座具少数民族特色的屋舍，十分有趣。在拜访少数民族以前最好先到此一游。

© MOOK 李美玲摄



### 顺化京城 | p.90

阮氏王朝的顺化京城从午门为入口，午门上的五凤阁是很具代表性的建筑，而铺着金黄琉璃瓦的太和殿代表王朝政权的中心，而阅是堂这座越南最古老的剧院仍保留完好。至于阮氏王朝的灵魂中心，亦即供奉历代皇帝的世祖庙，以及与各皇帝相对应的9座青铜大鼎，亦是参观京城的重头戏。

© MOOK 李美玲摄



### 美山圣地 | p.130

美山圣地是目前所发现，占婆帝国所遗留规模最大的一处遗址。原有70座建筑，目前遗留约25座。以砖为主要建材，饰以砂岩雕饰，建筑原料和规模不都与邻近的吴哥类似却又不同，带了独特的细致美感。

© MOOK 李美玲摄



### 占婆博物馆 | p.112

占婆遗址多半都在近代的战争里遭受严重的破坏，幸好法国人于1936年起，便将所有最精美、最具艺术和文化价值的占婆石雕收集于此。博物馆呈U字形，为半露天开放式陈列，依占婆文化的重要遗址分成4大区，分别是美山馆、东阳馆、茶莽馆和平定馆。

© MOOK 李美玲摄



### 会安 | p.114

位于秋盘河北面如画般的会安市，是16~18世纪时东南亚最重要的国际港之一。老街上保留了大量平房建筑，蜿蜒小道旁的黑木构造老宅，形成会安最吸引人的景致。而当年繁荣的海上贸易，也在会安留下了许多2层楼的欧式洋房，集中在秋盘河畔。

© MOOK 李美玲摄



### 大叻 | p.142

有小巴黎之称的大叻，处处可见到法式风味的别墅，点缀在山坡上，宛如小型的欧洲山城。这是因为气候凉爽舒适，深受法国统治者的喜爱，想体验法式复古风情，大叻是最佳去处。

© MOOK 王雅琪摄



### 战争犯罪博物馆 | p.152

这座博物馆展示了越南战争期间，美军使用的战车、飞机、重型机枪、炮弹等武器。但较令人震撼的是受化学武器影响的民众，以及化武而产下的畸形儿标本，完整地显示战争残酷的本质。同时，这里也展示了多种虐囚的工具。相信，多数参观后的人都会对这场战争有更深刻的认识。

© MOOK 单淑璇摄



### 古芝地道 | p.178

古芝地道是越共军队得以打败拥有先进武器的美军之重要因素。这里经过长达25年的挖掘地道，地道面积竟达250平方公里以上，人民的生活全在高度只有1.2米，宽80公分的地道里，包括了战壕、厨房、粮食、弹药库及卧室等空间，堪称世界奇景之一。

© MOOK 李美玲摄



越南

# 世界遗产



世界遗产的标志外圆内方，外圈的圆象征着自然界，中间的方形则代表人类所创造的事物，外圈的圆圈也有保护的意思。这标志象征着自然与文化遗产间相互依存，不可互缺。

## Vietnam orld Heritage

目前越南共有5处地点列入世界遗产的保护，包括美景举世闻名的下龙湾、有着帝都气势的前朝皇城顺化，温婉的中古时期古镇会安、雄霸一时的占婆帝国美山遗址，以及最近列入名单的风雅一格邦国家公园。其中多处原本受战争严重破坏，幸好因为列名世界遗产得到联合国资金的支持，得以重建，并得到妥善的保护。



© MOKK 李美玲摄

### 1 下龙湾 Halong Bay

【登录时间】1994, 2000

【遗产类型】自然遗产

下龙湾面积广大1553平方公里，包含约3000个石灰岩岛屿。这些石灰岩地形是由中国东南的板块延伸而出，经过亿万年溶蚀、堆积，加上海水入侵，形成壮丽非凡的景观，也就是所谓的喀斯特地形。水面上岛屿星罗棋布，形状千奇百怪，多半是无人岛。许多岛屿内都有壮丽的石灰溶洞景观，溶洞里的石钟乳、石笋、石柱，构成一幅幅怪诞绝奇的画面。区内面积最大，并设有国家公园的卡巴岛(Dao Cat Ba)，以及下龙湾东北侧的海拜子龙湾(Bai Tu Long Bay)，也都在世界遗产保护之列。





© MOOK 李美玲摄

## ② 顺化建筑群 Complex of Hue Monuments

【登录时间】1993

【遗产类型】文化遗产

顺化是越南最后的独立王朝——阮氏王朝的首都，也是文化和宗教的重镇。气势恢弘的顺化京城建于1805年，对称的格局和型制与北京皇城相似，但装饰其间的镶瓷艺术，又表现了越南的文化特色。流贯市区的香河，连接了京城与郊区的佛学重镇——天姥寺，以及沿岸的阮氏王朝历代皇帝之陵墓，皇陵多半是皇帝生前为自己所兴建，因而表现了皇帝本身的文化品味，其中以明命、嗣德和启定皇陵最具代表性。上述这些皇城建筑、寺庙与皇陵，全在世界遗产的保护之列。



© MOOK 李美玲摄

## ③ 美山圣地 My Son Sanctuary

【登录时间】1999

【遗产类型】文化遗产

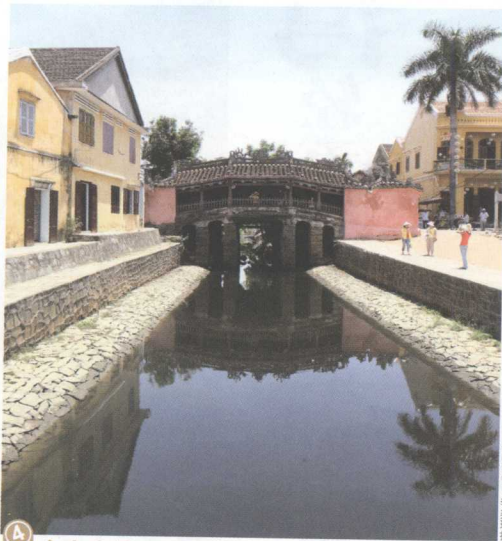
美山圣地是曾经繁盛一时的占婆(Champa)帝国的宗教中心，这个曾在4~12世纪雄霸越南中部的帝国，留下许多令人惊异的大型宗教建筑，其中又以美山圣地的规模最大，堪与柬埔寨的吴哥窟(Angkor Wat)比拟，可惜的是经过近代频繁又无情的战争，以致遗迹更形残破。占婆帝国以海上贸易为主要经济来源，骁勇善战，最早以婆罗门教为国教，因此美山圣地里的建筑属于印度式，崇奉的也都是印度神祇，10世纪左右宗教重心转为佛教，因此也有少数佛教之遗迹。占婆帝国的重心受北边大越族的压制而往南迁移，最后消失在芽庄和潘朗(Phan Rang)一带，成为越南53个少数民族民族之一，徒留巨大遗迹见证曾经的辉煌历史。

## Ⓐ 风雅一格邦国家公园 Phong Nha-Ke Bang National Park

【登录时间】2003

【遗产类型】自然遗产

风雅一格邦国家公园位在越南国土最窄之处(东西向长度仅42公里)，最西端与老挝接壤，总面积达75万多平方公里，分别位在风雅和格邦两个地区。在这广袤的地区，有着丰富的森林资源、各式洞穴和历史遗迹，其中风雅以喀斯特地形知名，而格邦以丰富的林相著称。风雅地区的复杂喀斯特地质系统，由4亿年前的古生代演化至今，所发现的罕见地理景观包括地下伏流、梯形洞穴、悬洞、树枝状洞穴等多种，让科学家兴奋不已，而全区共有300多个洞穴，总长度达70公里，目前只有20多个经过仔细探勘，显示仍有极大研究之空间。其中的丰雅洞是目前观光客可前往的景点，洞中有洞，景色奇妙，必须搭船进入。



© MOOK 李美玲摄

## Ⓐ 会安古镇 Hoi An Ancient Town

【登录时间】1999

【遗产类型】文化遗产

会安是个曾在15~19世纪时因繁荣的海上贸易而兴起的城市，来自中、日、法、荷、葡等国家的商旅集聚于此，带来多元的文化，并反映在建筑形式上。会安后来因水道淤积而没落无息……然而，这或许也是一种幸运，古老的街道与带着各种文化特色的建筑，如时光暂留一般，完整地保留下来，直到1999年被列入世界文化遗产，世人的眼光才再度回到这个曾经风云一时的海港。漫步在会安老街，民家、会馆、寺庙、市场、码头等各种不同式样的建筑如此集中于会安市，沿着老街鳞次栉比，一家紧接着另一家，为中古时期象征东方的城市提供一个最佳例证。

越南12件不可错过的事 ①

# 在下龙湾 轻柔的海浪声中摇晃入睡

电影《印度支那》中，来自法、越的异国情人乘船于大海中浮沉时，在雾色中出现的场景，就是下龙湾的绝美景致。在《007-明日帝国》里，满布奇岩怪石的下龙湾又成了隐形舰艇基地。这样的景色非笔墨所能形容，只能贴近她，细细欣赏、品味这份美丽。搭乘复古戎克船(Junk)的2~3天行程，不仅让人想象起海上丝路千帆往返的景色，而且在下龙湾轻柔的海浪声中入睡，仿佛回到儿时摇篮的记忆。这时，不论是蓝天下、薄暮中、月色里、清晨日出时，甚至是绵绵细雨中，风姿万千的下龙湾，都已尽收眼底。若有闲暇，你也可以划独木舟到无人小岛探奇、在冰凉的海水中游泳，或是走入石灰岩溶洞的奇幻世界。





© SOOK 蘇美玲攝



© SOOK 蘇美玲攝



© SOOK 蘇美玲攝

# 欣赏诙谐逗趣的水上木偶剧



发源于农村的水上木偶剧，是平民智慧的充分展现。他们把农闲时的农田和水塘，变成表演用的舞台，利用水的遮掩和浮力操控木偶，使演出完全看不出人为控制的痕迹。色彩鲜艳的木偶，动作十分灵活，偶然还会出现杂技团才看得到的动作，充满趣味的表演，让不懂越文的游客一样看得乐不可支。既然舞台是水塘，演出的内容当然和水脱不了干系：忙着插秧的农夫，在牛背上吹笛的小牧童，用竹篓子捉鱼的老夫妇，甚至是李太祖还剑的故事，以及科举中第后荣归故里的文官……农村生活里的动态在此一览无遗。而金龙喷火、仙女团舞等声光效果特佳的桥段更让人惊呼连连。看完了表演，保证你会忍不住想带个木偶回去作纪念！



© MOKK 李美玲攝



© MOKK 李美玲攝

越南12件不可错过的事 ③

漫游  
河内  
36  
条古街



©2010 李洪波



河内的36条古街区，可说是河内风味独具的旅游地点了。每条街在当年，只允许经营一种行业：丝绸街、银楼街、稻米街、笔街、乐器街、木桶街、草药街、冥纸街……转个街就是截然不同的景象；这在只有高楼与车流的现代城市里，已是濒临绝种的景观了。虽然现在已不尽然每条街只经营单一行业，但许多仍沿袭传统：窄小的店面，卖着这条街独有的产品，沿街叫卖的小贩，更把这里点缀得如中世纪小镇。老街的店面都十分狭小，有着幽长的纵深，偶而转个弯就不小心走入蜘蛛迷魂巷里。漫步36条古街，是一场城市探奇之旅，也仿佛钻入了时光隧道，更如同走过一趟体验生老病死的人生旅程。



# 享用健康美味的越南料理

和印象中的南洋料理不同，越式美味不重辣、味清淡。常见的春卷、肠粉、莲荷饭等和中式料理很相似，其中最大的不同是大量使用鱼露，这种以鱼和盐发酵而成的调味圣品，丰富了越式料理的口感。越南料理的另一项特色是大量使用蔬菜，通常是凉拌或包裹着米纸食用，这大概是“越南没有胖子”的原因吧！同时，越南人也擅于利用香草调味，著名的酸虾汤、顺化烤牛肉，可都是加了越南特有的香草呢！随着地理环境，每个地区的料理也略有不同：北越重香料选择，以精炖高汤的河粉为最有名，而河内的鳊鱼锅也是远近驰名；中越的料理以顺化的宫廷料理为一绝，菜色较精致，同时会有多道小菜，口味也较偏辣；南越则受华侨的影响较深，口味较偏甜。而法国人带来的面包、甜点和咖啡，也成了另一种特色的名产料理。



©MOOK 李美玲摄

▼鸡肉河粉：河粉是越南人最爱的一道小吃了，南方人吃牛肉河粉，北方的河内人则爱口味较清淡的鸡肉河粉。



©MOOK 李美玲摄

▲甘蔗虾：把捣碎的虾仁和上地瓜粉，包着甘蔗一起油炸。食用时要剥下虾仁，与紫苏、生菜、九层塔、韭菜等一起蘸酱食用。

▲顺化烤牛肉：将鱼露和葱、咖喱等香料腌过的碎牛肉，包上野芭蕉叶（La Lot）以炭火烧烤，两者融合的特殊香气，吃起来齿颊留香。



©MOOK 李美玲摄

▲酸鱼汤：以香茅、薄荷等多种香菜叶和皎白笋、凤梨、番茄等熬煮而成。



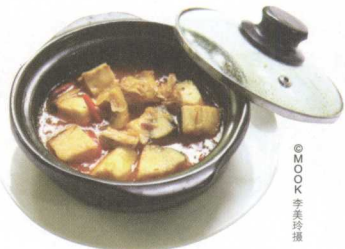
©MOOK 李美玲摄

►荷叶莲子饭：糯米和莲子，以莲叶包裹着一起蒸至烂熟，吃起来有股淡淡的荷叶香。



©MOOK 李美玲摄

▲榴莲提拉米苏：法国人将做甜点的好手艺留在越南，所以在这里可吃到各种有创意的甜食。



©MOOK 李美玲摄

▲陶锅鱼：鱼和鱼露、辣椒、椰汁等酱汁长时间炖煮而成，味偏咸但很有层次，并带了鱼的鲜味。

◀海鲜煎饼：加了姜末等香料与海鲜泥一起微煎而成，没有太重的油煎味，反而有海产的鲜香。



©MOOK 李美玲摄