

遊老撾琅勃拉邦 與佛約會 慢悟人生

■湄公河的夕陽美景

在神秘的老撾中部，隱匿着最低調的世界文化遺產——琅勃拉邦。當冬日的北國寒風瑟瑟時，這裡依然鮮花爛漫。琅勃拉邦的清晨，從寺廟的鐘聲開始，為僧侶佈施，在佛龕前祈禱，用傳統工藝織布，在庭院裡散步曬太陽，便是一天的生活。遠離現代文明，赴一場與佛的約會。讓時間慢下來，更能細細品味知足常樂的人生樂趣。

文：香港文匯報記者 倪婷 圖：樊亞宇

■琅勃拉邦最大的寺廟香通寺。



生命樹下感悟人生

作為世界文化遺產，琅勃拉邦擁有32座莊嚴古樸的寺廟，生命之樹位於當地最大寺廟香通寺的大殿後牆上，是用鑲金鑲嵌的宗教圖案。

夕陽西下時，氣溫漸降，是與佛約會的最佳時刻。沿着湄公河一路走到香通寺，在生命之樹下感悟人生，是許多人遠道而來的旅行意義。在金色陽光的鋪陳下，以黃、綠、黑為主色的鑲金在紅色的牆壁上熠熠生輝，營造出一種神聖而夢幻的宗教意境。生命之樹的根部，是猛獸家禽，能看到野獸捕食弱小，亦有人背包杖前行的圖案；往上，是展翅的孔雀奮力向上飛翔，其羽毛五彩美麗；再往上，枝葉中住着許多鳥類，其歌鳴攀爬的形態十分生動；頂端，則是莊嚴的佛塔，以及佛祖凝視下方威嚴而慈祥的暉光。

即使不是佛教徒，看到餘暉中的生命之樹也會被打動：無論生在哪處，造物主創造的世界總是生機盎然，心中充滿感恩。下面的世界難免險惡，上面的世界則祥和寧靜，開始相信生命修行輪迴的真諦。及時行善，不求今生，只為來世，老撾人臉上無時無刻都在微笑，而老撾雖然貧困卻排名世界幸福國家前列的奧秘不解自開。



■在生命之樹下感悟人生意義，是許多人遠道而來的旅行意義。

冬日的琅勃拉邦，鮮花爛漫，佛意悠遠。



■修繕寺廟的僧侶。



■琅勃拉邦的木質酒店，充滿法式風情。



■清晨，僧侶開始清掃寺院。



■每家每戶都供着鮮花裝飾的佛龕。



■清晨，僧侶開始清掃寺院。



自行車體驗慢生活

寧靜祥和的慢生活是琅勃拉邦的最大魅力，許多人來到這裡只為了逃避都市喧囂，享受片刻寧靜。因此，老撾這個不為亞洲近鄰熟知的國度被歐盟評為2012年度「最值得旅遊的國家」，其旅遊部門更推出了「Simply Beautiful」的宣傳主題。

享受慢生活的最佳方式便是騎自行車閒逛。身為世界文化遺產，琅勃拉邦市區不允許公共汽車和貨車通行，幾乎只能見到tuk-tuk車和自行車。花上1-3美元，便可租一輛自行車閒逛一天。西薩旺馮大街是騎行的佳選，這裡集中了皇宮博物館，以及當地最有名的寺廟和法式餐廳。回程則可以選擇與其平行的肯孔大街，這裡緊鄰湄公河，一路可欣賞河畔風光，並品嚐河鮮小吃。

■琅勃拉邦是歐美人士享受慢生活的天堂。



■自行車是體驗琅勃拉邦慢生活的最佳方式。



■金碧輝煌的皇宮博物館。



交通

飛機：你可在曼谷中轉前往琅勃拉邦，曼谷航空公司提供每天一班航班往返於曼谷與琅勃拉邦（飛行時間約1小時45分鐘），老撾航空公司則每周提供三班航班往返其間。

落地自駕：2013年12月，昆曼公路全面貫通。你可選擇飛機到雲南昆明，再經昆曼公路過磨丁—磨憨口岸自駕到琅勃拉邦，需用時兩天左右。自駕將經過中國唯一穿越熱帶雨林的高速公路——思小高速，被譽為「最美出境自駕線」。同時，可享受老撾兒童夾道揮手歡迎的禮遇，這也是生活在山區的他們了解外面世界的最大樂趣。

夜市淘傳統布藝

晚上八點，夜幕降臨，夜市從西薩旺馮大街經皇宮博物館到吉薩拉大街一路排開，琅勃拉邦的夜晚就此開始。夜市燈光昏暗，小販們專心打點着自己的商品，並沒有人大聲吆喝，顯得尤為閒適安靜。夜市的商品單一卻精緻，土布、紙燈、木藝，遊客們可以耐心地貨比三家，直到買到自己滿意的那件。

布藝永遠都是夜市的主角，在市內甚至能找到布藝藝術館。老撾布藝慣用本地土布或質地柔軟的棉布，擅用紅黃藍綠等艷麗色彩，堅持手工刺繡或用傳統織布機手工織布，並在一塊塊大大小小的布上講述宗教或民間故事。夜市上，色彩各異的筒裙、披肩、挎包、家居品琳琅滿目。最受遊客歡迎的包括簡單舒適的棉布襯衫、花案獨特的土布挎包、傳統的紡染布（可用來製作各種衣物、牆帷、床飾等）。

不少商品來自於高山少數民族，更有小販將睡着的孩子放在一旁，一邊刺繡一邊出售。他們專心於每一件精品，而不是商業化的批量生產銷售，因此講價的時候也會很爽快，在計算器上打出自己的底價，低於他們付出的價格都不可能有所收穫。



■老撾布藝藝術館。



■老撾傳統的紡染布。



■小攤主一邊刺繡，一邊出售傳統布藝。



■閒適寧靜的夜市。

路邊攤品青芒果之味

在老撾，幾乎每條街都會有青芒果攤，青芒果被簡單切條，並配以酸辣的乾料，備受歡迎。在飯桌上，點菜率最高的也是青芒果沙拉，青芒果絲配以酸橙汁、辣椒、大蒜、魚露、菜葉汁等調料，十分開胃。與香港人熟悉的許留山芒果不同，青芒果不僅顏色偏綠，質地更脆，芒果香更醇厚，並有殺菌通便的功效。青芒果被變換成各種零食和菜式，成為老撾人的日常最愛。

老撾菜的最大特點是清爽帶辣，糯米是每頓必備的主食，肉類幾乎都做成沙拉，蔬菜則生吃或煮湯。而作為曾經的法國殖民地，老撾的法餐非常地道，老撾菜也融入了不少法式元素，法棍和咖啡是老撾人早餐的最愛，法棍切開夾入雞蛋蔬菜並配以當地香料頗有東西合璧之味。

■酸辣芬香的青芒果沙拉。



■糯米是老撾人每頓必備的主食。



■路邊的青芒果攤。

自遊行

千元可飛台南睇蘭花展

台灣國際蘭展與世界蘭展、東京蘭展並列為全球三大蘭展，今年邁入第十年，即將自3月8日至3月17日在台南的烏樹林蘭花生物科技園區精彩登場。這個活動近年均吸引超過30個國家、3000名重要買家與重量級人士來台灣與會，世界各國重要蘭花組織，如世界蘭展、英國皇家園藝學會、日本蘭藝協會、新加坡東南亞胡姬花協會、美國蘭藝協會、泰國皇家園藝協會、國際蝴蝶蘭聯盟等皆會派代表出席，展場的主題花卉佈置保證讓人驚艷。

結合十大優惠吸客

藉由蘭展熱潮，一口氣推出多項優惠給遊客：包括「台南市三大五星級飯店住宿買一送一」、「台南搭機返港送蘭花」、「3月蘭展月優惠」、「蘭展高鐵雙人套票」、「華航票價優惠」、「華航精緻旅遊住宿優惠」、「蘭展套裝行程」、「黑橋牌食品優惠」、「東東餐飲優惠」及「香港搭機來台南送百元悠遊卡」等10大方案，展現台南拚觀光的心。讀者如想知更多優惠，可上 <http://tios.com.tw/2014/> 及 <http://tour.tainan.gov.tw/> 查詢。



■大家在蘭展中可欣賞到各式各樣的蘭花

台南飛港有蘭花送

台南市除推出「3月蘭展月」優惠方案，讓參觀的遊客，於3月份憑蘭展門票即可享台南地區超過100個店家的優惠外，更推出「幸福飛航·蘭花香頌」的台南搭機返港送蘭花活動，大手筆的準備了500株連英國女王都讚嘆的蝴蝶蘭，以圓筒方式包裝，凡利用台南機場離境的非台灣籍旅客抵達香港後，即可憑護照及登機證至香港機場出境大堂A出口，扶手电梯上一層（麥當勞樓上，外遊旅行團接待區），領取價值168港幣的蘭花一株。

而且，亦與台南大億麗緻酒店、台糖長榮酒店及香格里拉台南遠東國際大飯店三大五星級飯店合作推出超值住宿專案，當中有於3及4月份推出的由台南大億麗緻酒店提供精緻旅遊買1晚送第2晚住宿優惠。至於在機票上，相信大家最想知道，由華航香港分公司推出台南航線港幣580元起（未稅）的二人同行優惠票價。

同時，為了方便前來參觀蘭展，今年還首度與台灣高鐵合作推出史上最低價「蘭展高鐵雙人套



■台南市觀光旅遊局局長（左六）率領台灣蘭花產銷發展協會秘書長（左三）等到港推廣。

票」（7折優惠），每套含「高鐵標準車廂來回7折票+活動門票+蘭展紀念便當盒」各2份。

台灣蘭花產銷發展協會秘書長曾俊弼表示，每次蘭展策展都絞盡腦汁，今年更規劃了十大精彩展區，除了美輪美奐的主題花卉佈置、從上千株蘭花中選出花王外，現場各式蘭花品種，包含常見的蝴蝶蘭、嘉德麗雅蘭、仙履蘭，與不常見的豆蘭、腎藥蘭、捧心蘭等均同場爭豔，並有結合藝術文創與視覺享受的主題區。至於展期10天對外地遊客來講似乎太短，他認同，明年他們會計劃延長時間，配合旅客需要。

文：雨文 圖：焯鈴



■2014台灣國際蘭展主題景觀



■2014台灣國際蘭展於台南舉行

剎那美景

春遊大鵬灣國際級美景



台灣屏東東港鎮的大鵬灣國家風景區交通便利，民眾不必奔馳太遠，就可以享受到國際級的美景及多樣化的休閒。

圖：中央社

達喀爾的露天「健身房」

在塞內加爾首都達喀爾的西海岸，有一個露天「健身房」，每天都有許多體育愛好者聚集在這裡鍛鍊，成為達喀爾的一條靚麗的風景線。

圖：新華社



「東方花園」迎客來



在雲南羅平，遊客乘竹筏遊覽九龍瀑布群景區。

圖：新華社