

阳光洒向景迈山茶林

云南景迈山 千年茶林，生生不息

千年茶林
何以景迈

“普洱景迈山古茶林文化景观”位于云南省普洱市澜沧拉祜族自治县惠民镇，遗产区面积7167.89公顷，由5片古茶林、9个村寨以及3片分隔防护林共同构成，是保存完整、内涵丰富的人工栽培古茶林典型代表。

走进景迈山，最先撞进眼里的是绿——乔木在上，茶树在中，草本植物在下，三层立体群落各自生长，有机融合。古茶林良好的植物、动物多样性一方面使物种间形成相互制约的关系，可有效抑制病虫害发生，同时上层乔木的落叶又为茶树的生长提供了丰富有机养料，能有效维持茶林生态系统的稳定。这种“林下茶”种植方式已延续千年，至今仍是景迈山的日常风景。

在芒景上寨，一棵约800年树龄的高山榕树上，70余个蜂巢层层叠叠错落悬挂，当地人叫它“蜂王树”。蜜蜂在茶林间穿梭采蜜、完成授粉，茶树因蜜蜂而丰茂，蜜蜂因茶花而酿出独特的蜜香。这是千百年来景迈山万物共生的生动缩影，也是这片土地“人与自然共同的作品”的动人诠释。

在景迈山，茶不只是作物，更是文化载体。每年4月，布朗族举办“山康茶祖节”，族人齐聚，以山泉、米饭、新茶敬奉茶祖“帕哎冷”；傣族在春茶开采前敬茶神，祈求新芽勃发。这些仪式因申遗成功而被更多人看见、尊重。

3年间，普洱市对景迈山古茶林的保护从未松懈。从古茶林管理、植被管理等8个方面立下规矩，对传统村落和传统民居，遵循整体保护原则，既保留村落景观和民居建筑特征，又提升居住舒适度，山还是那座山，寨还是那些寨。



景迈山茶山

北回归线穿过云南南部，在澜沧江与怒江之间，有一片云雾浸润的山林——景迈山。这里有树龄逾千年的古茶树，有世代与茶共生的村寨，形成历经千年仍熠熠生辉的独特文化景观——公元10世纪，布朗族先民迁徙至景迈山，发现和认识野生茶树，利用森林生态系统，与后续到来的傣族等各族一起，摸索出“林下茶”种植技术，留下了“山共林，林生茶，茶绕村”的古老图景。

2023年9月17日，在沙特阿拉伯利雅得举行的第四十五届世界遗产大会上，“普洱景迈山古茶林文化景观”正式列入《世界遗产名录》，成为全球首个茶主题世界文化遗产。

3年过去，千年茶林愈发生机勃勃。



申遗三年
气象更新

变化体现在数据里，更体现在每一个景迈山居民的日子里。

申遗成功1周年时，景迈山接待游客40.20万人次，同比增长33.52%；旅游收入3.38亿元，同比增长184%。到2024年底，景迈山累计接待游客达55.20万人次。到2025年8月，累计接待游客97.46万人次。“景迈山”在主流旅游平台的搜索量大幅增长。数字背后，是世界遗产地的深刻蝶变。

茶产业同步升级。景迈山按照“山上严格保护，山下适度开发，茶旅融合发展”的思路，推动一二三产深度融合。一产稳茶源，严守“春秋采、夏休养”的千年古训；二产提品质，138家茶叶合作社全部实现清洁化、标准化生产；三产拓业态，民宿、研学、文创、康养等业态竞相落地。

目前，景迈山已培育民宿324家，带动直接就业1100余人。茶农不再只是种茶人，他们还是茶文化的讲述者、旅游服务的提供者，收入渠道宽了，日子也更红火了。

越来越多的年轻人回到村寨，有人走进古茶园直播讲解采茶技艺，天南海北的网友跟着他们的镜头看见景迈山的晨雾与晚霞；有人卖茶之余经营饭店、组建地接团队，带着游客沉浸式体验景迈山的风土人情。

如今，走进景迈山，寨子里许多人家都辟出一方茶室，推门而入，主人会自然而然地奉上一壶清茶。非遗工坊里，游客可以亲手采茶、杀青、揉捻，把普洱茶的韵味压进一饼自己做的茶里。景迈山推出了茶林行摄、古寨寻茶、非遗研学等多条沉浸式体验线路，还成功筹办了国际旅交会澜沧活动专场，邀请120余家海外旅行社深入景迈山体验古茶林文化之旅，陆续培养100余名景迈山推介官，在各类茶博会上讲述景迈山的故事。



一盏清茶
品味云南

在云南喝茶，喝的不只是味道。

在景迈山深处，布朗族人世代守护着一份独特的茶饮——酸茶。制茶人循着祖辈的节奏，采摘茶青，杀青揉捻，填入土陶坛中层层压实，用蚂蚁土密封，静待两三个月。出坛后的酸茶经沸水冲泡，茶香四溢，轻抿一口，初尝是温和的微酸，紧接着甘甜缓缓涌上舌尖，余味悠长。申遗成功前，酸茶只是布朗族人日常生活中的饮品；如今，它从深山走向大众，成为备受欢迎的特色茶饮。景迈山还藏着另一种山野奇珍——虫茶，茶蚕采食鲜叶后代谢产物的干制品，冲泡后汤色红浓明亮，入口浓郁绵甜，是景迈山生物多样性的生动见证。

景迈山蕴藏着人类与自然和谐共处的生态智慧，承载着景迈山群众对家园和生活的热爱。

不止景迈山，放眼云南，茶文化在26个世居民族生活中绽放出不同的光彩。白族三道茶，一苦二甜三回味，将“先苦后甜”的人生哲学融于盏盏茶汤。哈尼族的烤茶别具一格，就地燃起篝火，饮一节新鲜竹筒盛满山泉水架在火上烧煮，鲜茶叶置于火炭旁烘烤至焦香四溢，待水烧开，将烤茶揉碎入竹筒，煮片刻即可饮用，鲜竹清香与茶叶芬芳交织。德昂族的酸茶分干湿两种，各有风味，傣族的竹筒茶、基诺族的

凉拌茶各具特色……在云南，每一种茶饮方式，都是人与自然和谐对话的生动注脚。

在云南，茶文化不止于山间的茶俗，更在城市的烟火气里。

老昆明人把上茶馆喝茶叫“坐茶馆”——到了茶馆，首先是坐，其次才是喝茶。抗战时期，西南联大的学生把北京话里的“泡”字带来，与本地“坐茶馆”结合，创造出一个新词——“泡茶馆”。如今，在南强街的新式茶馆里，有人约着朋友闲坐，有人独自安静阅读，各寻各的惬意。从“坐茶馆”到“泡茶馆”，再到今天的“新中式茶饮”，云南人喝茶的方式在变，但那份在茶香里安放生活的从容，从未改变。

在滇西，临沧市的茶山同样令人心驰神往。冰岛古茶园是云南大叶种茶的发祥地之一。凤庆县香竹箐的古茶树“锦秀茶尊”，树龄超3200年，是迄今世界上已发现的最古老、最粗壮的人工栽培型古茶树。云县白莺山古茶园被誉为“茶树演化自然博物馆”，是目前为止世界上发现的可以看到茶树从野生到家种整个变化过程的唯一地区。澜沧江两岸，分布着众多茶山，从景迈山出发，每一座茶山都有自己的故事，每一片茶叶都有自己的味道。

千年茶林，生生不息。茶香云南，香飘世界。

数据来源：中共云南省委宣传部