

1

高山王國尼泊爾





尼泊爾被譽為「東方瑞士」，全國土地有75%是山地和丘陵，其餘25%是平原。土地總面積為147,181平方公里，佔全球總面積的百分之三；亞洲的十分之三。尼泊爾幅員不算廣闊，但擁有豐富的水力資源和動植物資源。

地理概況

地理位置

尼泊爾是內陸山國，位於南亞次大陸北部、亞洲的中心部位，大約在北緯28°和東經84°之間。地處喜馬拉雅山中段南麓，北邊與西藏接壤，東、西、南三面被印度包圍，國境線全長2,926公里。尼泊爾是一個長方形的國家，從東到西長度為885公里，而從南到北則在145至241公里之間。



▲ 珠穆朗瑪峰亦稱聖母峰，為現時世界最高海拔點，位於中國及尼泊爾邊界。

地形

尼泊爾從地形上可以分為三個部分：

北部喜瑪拉雅地區 (Upper Himalaya) —— 這個地區的海拔高度在4,877米至8,844米之間，毫無疑問是世界的「脊梁」。全世界最高的14座海拔超過8,000米的高峰中，尼泊爾便擁有其中8座，包括薩加瑪塔峰 (Sagarmatha，亦即世界第一高峰——珠穆朗瑪峰，或稱聖母峰)、干城章嘉峰 (Kanchenjunga)、洛子峰 (Lhotse)、馬卡魯峰 (Makalu)、卓奧友峰 (Cho Oyu)、道拉吉利峰 (Dhaulagiri)、馬納斯魯峰 (Manaslu)、安納普爾那峰 (Annapurna)。

中部山區 (Middle Hills) —— 佔尼泊爾國土面積的68%，主要由兩部分組成：最高峰達到4,877米的馬哈布哈拉山系 (Mahabharat Range)，以及相對較矮的丘日山系 (Churia Range)。

特賴低地 (Terai Region) —— 佔尼泊爾國土面積的17%。

行政區劃

全國共分為5個發展區 (region)、14個專區 (zone)、36個市 (municipality)、75個縣 (district)、3,995個村 (village)。

氣候

尼泊爾全國分北部高山、中部溫帶、南部亞熱帶三個氣候區。氣候大致分為四季：2至4月為春季，5至8月為夏季，9至11月為秋季，11月至翌年2月為冬季。由於南北地勢高低相差懸殊，各地區氣候差異頗大。北部冬季最低氣溫為-41℃，南部夏季最高氣溫為45℃。



地區氣候相反的國家

尼泊爾的天氣形態受地勢和雨量影響，在不同地區之間出現很大差異，從常年積雪的寒帶高山到熱帶草原都有。在全國同一時間，當南部平原上酷熱異常的時候，首都加德滿都和派克拉谷地百花吐豔，春意盎然；而北部山區卻是雪花飛舞的寒冬。由於北部山地地區山高谷深，雲霧繚繞，高山終年積雪，因此只有夏季可以放牧。



▲ 尼泊爾是山國，高山區孤立的谷地也有居民聚居。圖為喜瑪拉雅地區一個尼泊爾人聚居的村落。

尼泊爾首都加德滿都 (Kathmandu) 的地勢雖然高達海拔1,331米，而且北邊又是冰雪覆蓋的高峰，但是此地的氣溫非常溫和。夏天時，平均最高溫可達攝氏30℃，而冬天的平均溫度也有攝氏10℃左右。冬天有時會下雪，氣候乾燥少雲；夏季季候風從西南的海面吹來，飽含水氣，常帶來豐沛的雨量。

這種適中的氣候使當地糧食可以一年三造，而且兩造之間尚可作小規模栽種。在加德滿都之外的高山區常有雷雨，而且冬季的大雪也阻礙了農業發展。不過，馬鈴薯在4,000米左右的高度仍能生長，耐寒的大麥還可在更高地區種植。山地居民會聚居在高山區孤立的谷地，尋覓可供避寒的溫暖庇護所。

尼泊爾年均降雨量

南部約2,300毫米，中部約1,500毫米，北部僅有500至600毫米。全年90%的降雨量集中於雨季。

自然資源

尼泊爾蘊藏着多樣、豐富的資源，特別是水力資源和動物資源。

礦產

尼泊爾處於喜馬拉雅山南麓，屬於印度板塊山地國家，礦產資源貧乏，目前已發現的礦藏種類很少，大部分礦種的儲藏量亦不高。尼泊爾並不重視地礦業，所以在此方面沒有明確的發展目標。加上基礎設施薄弱，又缺少資金、工程技術人員和先進技術設備，勘探和採礦生產發展緩慢。地礦業非優勢產業，僅佔國民經濟GDP的0.2%至0.5%，開採的礦產基本只用來滿足國內需要。

在尼泊爾已發現的金屬礦藏有鐵、銅、鋅、鉛、鎳、鈷、鉬、金、鎢、鈦、銀等；非金屬礦藏有菱鎂礦、石灰石、白雲石、大理石、石榴石、雲母、石墨、石英、陶土、磷礦、花崗石、砂岩、寶石等；能源礦產有石油、天然氣、鈾、地熱、煤。

探明有開發價值的金屬礦藏有鐵、銅、鋅、鉛，非金屬礦藏有菱鎂礦、石灰石、白雲石、花崗石、大理石、天然氣。

目前已經開採的礦產有：鐵、銅、鋅、鉛、鈷、金、菱美礦、石灰石、白雲石、石墨、雲母、寶石（綠寶石、紅寶石、藍寶石）、石英、陶土、煤。除菱鎂礦、石灰石、煤、銅、雲母外，其他礦產的開採量很小。

進口產品主要是石油，還有鋼鐵、銅、鋅、鉛、鋁、錫、金、銀、錳、鈦、菱鎂礦、石榴石、石墨、磷礦、紅寶石，佔尼泊爾總進口的9%左右。出口主要是石灰石和鋅，還有菱鎂礦、雲母、石英、鈷、白雲石、紅寶石，這些佔尼泊爾總出口收入的8%至10%。

動植物

動物

鳥類——在尼泊爾有超過850種鳥類，其中一半能在加德滿都找到。3至5月是鳥類的繁殖季節，也是觀鳥的最好時機。春季更會有外來種群從西



▲ 尼泊爾的杜考斯河河谷每年都有不少鸛類鳥來過冬，待春季再返回西藏的棲息地。圖為杜考斯河流經的區域。

伯利亞來到特賴 (Terai)，有人就曾見過斑頭雁在8,000米高空翱翔，遷徙到這裏。

目前在特賴地區河流沿線已發現八種鸛類。長相類似的還有鶴群，例如蓑羽鶴會飛到卡利甘達基和杜考斯河 (Dudh Kosi) 過冬，待到春季再返回牠們在西藏的棲息地。還有瀕臨滅絕的赤頸鶴，牠們棲息於王家巴爾迪亞國家公園 (Bardiya National Park)，眼圈周圍有紅色的斑紋，尤為漂亮。

而在喜馬拉雅山區則可找到大小不一的鳥類，例如喜馬拉雅大鷹鷲和禿鷲，這兩種飛禽的臂展都接近3米，而這些鳥類的數量隨着冬天來臨而增加。棲息於尼泊爾的九種禿鷲中，有三種已經瀕臨滅絕。

尼泊爾的雉雞有六種，包括國鳥喜馬拉雅松雞。雄鳥長着一身色彩豔麗的羽毛，牠們不會飛，所以得走着上山。其他能在尼泊爾找到的特別品種還有黑頭畫眉、黑風箏、印度金絲雀等，各具特色。

哺乳動物——由於動物的棲息環境被種種自然和人為因素破壞，例如有人為了取得動物皮毛或製藥而搜捕動物，或是因為一些動物破壞莊稼、滋擾家畜而獵殺牠們，這些原因都使野生動物數量銳減。因此，現時只能在國家公園、保護區和尼泊爾西部這些人口稀少的地區才有可能見到哺乳動物。



▲ 喜馬拉雅松雞（棕尾虹雉，Himalayan Monal Pheasant），是尼泊爾國鳥。

孟加拉虎處於食物鏈的頂端，是百獸之王；傳說在王家奇特旺國家公園（Chitwan National Park）的雪豹很少出沒，棲息在世界上最偏僻、最不適宜居住的山區，尤其是杜波附近；三種亞洲犀牛中個頭最大的獨角犀牛可以在尼泊爾找到，這些獨角犀牛行動異常敏捷，生性極為兇猛，人們曾多次試圖將其引入王家巴爾迪亞國家公園和王家蘇克拉梵塔野生動物保護區（Suklaphanta Wildlife Reserve），但卻無功而還；尼泊爾還有亞洲象出沒，從遺傳學的角度看牠們不同於非洲的同類，而牠們唯一出沒的地方就是特賴和初勒山西部；其他動物種類還有斑點鹿、羅猴、塔爾羊、喜馬拉雅黑熊、梭兔、飛狐、果蝠、河豚等。這裏也有像眼鏡蛇之類的毒蛇，但人類能遇到牠們的機率相當小。尼泊爾大多數的毒蛇都棲息於特賴。



▲ 婆羅雙樹主要於特賴這種低海拔地區生長，無論是樹葉還是樹幹都非常有用。

植物

在尼泊爾，已知的樹木、灌木和野花有6,500種。每年3、4月份可見到尼泊爾花繁葉茂，30種杜鵑花爭奇鬥豔。東部的大木蘭花光禿禿的枝幹上長出朵朵耀眼的白花，異常瑰麗。

季候風季節過去之後，夏天的花木都會凋零。但在亞熱帶和亞溫帶，有些野花從環境的變化中存活了下來，例如粉丁香、豆瓣金棉香、金絲桃等。溫帶滿樹開花的櫻桃樹、龍膽根、楓葉和紅色的伏牛花都是尼泊爾的秋季植物。

在加德滿都山谷，可以找到橡樹、櫻桃樹、白楊樹和黃檀。尼泊爾人一直熱心於種植外來花草，如芙蓉、山茶花、大波斯菊、鼠尾草、金盞花等。

在尼泊爾，巨大的蘑菇狀印度榕樹和菩提樹的下方通常會有個石台，供腳夫和行人休息時納涼。

菩提樹有一種特殊的宗教含義（佛陀便是在菩提樹下悟道的），寺廟周圍常有種植，樹身會纏滿祈福用的線繩。

婆羅雙樹是一種寬葉的半落葉硬木，佈滿了特賴一帶的低海拔地區。其樹葉可用作即棄碗碟，樹木則可用作建材。這裏還長有落葉性洋槐和花梨樹

的雨林。一片片開闊地長滿大象草，可高達2.5米，當地的塔魯人會用這些大象草來修建屋頂。

人口、民族、語言

人口

近年來，尼泊爾人口平均以每年2.27%的速度增長，2010年全國人口估計約2,930萬。根據政府中期推算，尼泊爾的人口在2016年會達到約3,133萬。人口高速增長不僅成為尼泊爾政府解決貧困問題的障礙，同時也加重了就業、資源、醫療、教育、社會穩定等諸多方面的問題，使尼泊爾的社會負擔日益沉重。由於許多原本居住在農村的年輕人不斷湧進城裏求職，令城市人口過度密集，為當地帶來巨大的社會壓力，造成很多社會問題。

在國民經濟發展方面，人口膨脹嚴重地削弱了尼泊爾政府在消除貧困方面所作出的各種努力。儘管尼泊爾政府一直努力推動其國民經濟向前發展，使近幾年來經濟增長率保持在3%至4%的水平，卻依然無法遏制貧困人口增長。據統計，尼泊爾目前仍有45%以上的人口生活在絕對貧困線以下，至少有上千萬人口每天的生活費用不足1美元。如此龐大的貧困人口不僅加重了政府在醫療和教育等方面的沉重負擔，也為尼泊爾社會帶來了極大的不安定因素。許多經濟困難的家庭無力撫養眾多子女，使不少兒童從小就流浪街頭，要靠乞討為生。

此外，人口增長速度過高還造成了諸如就業困難、住屋和交通擁擠等問題。為此，尼泊爾有關方面及其他一些機構、專家等一再呼籲政府和有關部門盡快採取有效措施以控制人口增長的速度。2001年10月，尼泊爾議會通

尼泊爾人口將在本世紀末突破一億

在尼泊爾，印度教徒佔絕大多數。受傳統習俗及宗教信仰的影響，尼泊爾對家庭生育一直沒有限制。目前，在城市裏每個家庭都有3至4個子女，而在農村，尤其是生活在貧困邊遠地區的家庭，每戶至少有5至8個子女。據有關專家估計，若按這速度發展下去，到本世紀末尼泊爾人口將突破1億。

過了一項有關准許婦女有條件墮胎的法案，結束了尼泊爾禁止在其境內進行人工流產手術的歷史。

民族

尼泊爾民族結構多樣而且相當複雜，就其幅員大小和人口多寡而言，在全世界都是非常罕見的。這種情況的成因，一方面因是尼泊爾地處中印兩大民族之間，自古以來便是南北兩大文化和不同種族的匯合點；另一方面是由於其特殊的地理條件。這兩方面交互作用，使在尼泊爾這個面積不大的國土上，民族同源異化或異源同化的現象極易出現。經過漫長的組合、分離、融合、衍化，逐漸形成了為數眾多的民族。

尼泊爾各民族的來源大致可分為以下三種類型：

土著民族——包括尼瓦爾族、塔魯族、林布族、拉伊族、馬嘉族、古隆族、遜瓦爾族等。他們是最早在尼泊爾境內定居的民族，除了塔魯族定居在南部叢林地帶外，大多數居住在中部山丘地帶。他們的體型多屬蒙古人種，語言也多屬漢藏語系的藏緬語系的藏緬語族；原先多信仰佛教活薩滿教，後來在印度教的強大影響下，一些人不同程度的改信印度教，或接受了印度教的一些習俗。

古代從西藏移入的民族——包括菩蒂亞族、謝爾巴族、塔卡利族、多爾波族、洛米族、洛巴族、巴拉高萊族等。他們多居住在靠近中尼邊境的北部高山地帶，人數較少。由於環境不同，這些民族雖在生活習慣等方面發生了一些變化，但是基本上保持着和藏族相近的語言和文化。

中世紀以來從印度移入的民族——包括拉吉普特人、卡斯族等，即從印度進入的大批移民，情況比較複雜。他們大體可以分為兩類：一是中世紀進入的，二是近現代進入的。前者主要來自拉吉普特，他們經過世世代代與當地居民（特別是卡斯族）融合，已經完全尼泊爾化了，但是後者則完全不同。他們的民族成分各異，種姓地位斑駁，構成一股異樣的力量。

尼泊爾語言與人口統計，2001年

語言	以其作為母語的人口	百分比
尼泊爾語（Nepali）	11,053,255	48.61
梅蒂利語（Maithili）	2,797,582	12.3
博傑普裡語（Bhojpuri）	1,712,536	7.53
塔魯語（Tharu）	1,331,546	5.86
塔芒語（Tamang）	1,179,145	5.19
尼瓦爾語（Newar）	825,458	3.63
馬嘉語（Magar）	770,116	3.39
阿瓦迪文語（Awadhi）	560,744	2.47
班塔瓦語（Bantawa）	371,056	1.61
古隆語（Gurung）	38,925	1.49
林布語（Limbu）	333,633	1.47
巴吉卡語（Bajjika）	237,947	1.05

語言

尼泊爾有三十餘種語言，國家語言是尼泊爾語。尼泊爾語由梵語派生，書寫用天城字體（即梵文和印度文所用的字體），這種語言由北印度和當地文化長期融合發展而成。英語在尼泊爾也很流行，尼泊爾的上流社會、政府官員和知識分子，一般均能講、寫尼泊爾語及英語。此外，印地語（Hindu）在一般商業和邊境區域也通行，許多商人都會講印地語。

由於幾世紀的通婚，令尼泊爾沒有純種的部落或種族，各部落或種族的語言也不同。在歷史上，主要語言一直相互融合、影響。據2001年人口普查統計，共有12種語言的使用人口超過全國人口1%。



印地語

印地語及英語同屬印度的官方語言，在人口逾12億的印度有近七成人口能使用印地語溝通，大部分的波里活（Bollywood）電影也是以印地語為主要對白的。