

玩转巴厘岛跟我走!

● 逐年修订 ● 年年升级
最新第2版

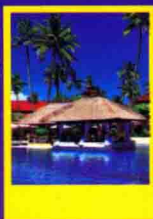
《亲历者》编辑部 编著

Let's GO

新禧
旅行书架

巴厘岛旅行

BALI



你与巴厘岛，只差一场旅行!



真实再现巴厘岛旅行全过程
让你轻松逛遍全Bali

→ 从行前准备到海关出入境 →
从应急语言到旅行忠告 → 从乘
飞机、坐公交，到打电话、尝美
食、淘名品

47 必游美景 × 15 购物天堂 ×
33 特色餐厅 × 32 娱乐场所 =
超实用的巴厘岛旅行书

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



● 逐年修订 ● 年年升级

最新第2版

《亲历者》编辑部 编著

Let's GO

巴厘岛 旅行

BALI TRAVEL



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

巴厘岛旅行 Let's Go/《亲历者》编辑部编著. --2 版. --北京: 中国铁道出版社, 2016.3

(亲历者)

ISBN 978-7-113-21230-8

I. ①巴… II. ①亲… III. ①旅游指南—印度尼西亚 IV. ①K934.29

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 312169 号

书 名: 巴厘岛旅行 Let's Go (第二版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 孟智纯

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 缪 利

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街 8 号 邮编: 100054)

印 刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

版 次: 2015 年 1 月第 1 版 2016 年 3 月第 2 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 14 字数: 300 千

书 号: ISBN 978-7-113-21230-8

定 价: 48.00 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659



前言

PREFACE



在巴厘岛的语言中，根本就没有“天堂”这个词语，因为这里就是“天堂”，而在印度尼西亚语中，“巴厘”有“再回来”的意思，这也真正印证了巴厘岛是一个让人流连忘返的地方。与大多数东南亚岛屿不同的是，巴厘岛不仅拥有沙滩、碧海、热带阳光，还有田园农舍、森林草原、急流深谷等美丽风光。另外巴厘岛北部的火山一字排开，更为自身平添了几分苍莽壮阔。



巴厘岛是一座艺术之岛，风格独特的传统绘画和雕刻为当代艺术家提供了无限灵感，同时也吸引了众多收藏家前来淘宝。巴厘岛还是一座享乐之岛，传统SPA令人心身愉悦；“巴厘岛式”的私人别墅服务有着无可言喻的极致奢华；水上活动更是带给人们无尽的激情体验。巴厘岛居民世代擅长的各种舞蹈，更是来到巴厘岛不可错过的观赏项目，无论是祭祀仪式还是婚丧嫁娶，亦或生辰庆贺都少不了舞蹈，因而来到巴厘岛，欣赏正宗舞蹈表演那将会是一场视听盛宴。

无论你选择何种旅游方式，也无论你在巴厘岛停留多久，更无论你选择在巴厘岛哪个景点停留，巴厘岛一定能给你一次极具非凡意义的旅行！

本书囊括了巴厘岛热门旅游目的地，以及周边景点，包括库塔、金巴兰、水明漾、乌布等，几乎巴厘岛的每一个著名景点，都能在本书中找到。此外，本书还提供了关于景点的详细地址、电话、交通、门票、开放时间等资讯，并且还有全面的





住宿、美食、购物、娱乐信息，这些都可以为你的旅行带来极大的方便。更为贴心的是，它还针对在巴厘岛旅行途中可能出现的一些问题列举了详细的应对措施，可让你在旅途中免除后顾之忧，尽情地去体验巴厘岛多姿多彩的世界。

人生就是一场旅程，每个人都是旅行者！还在犹豫什么？让我们做一个真正的旅行者，朝着巴厘岛出发吧！



目录

CONTENTS

导读

001—057

360° 看巴厘岛

人文：巴厘岛速览

002

历史 002

文化 003

专题：巴厘岛建筑风格 007

人口 010

宗教 010

节日 010

民俗 011

自然：巴厘岛概貌

014

地理 014

气候 015

环境 015

亮点：巴厘岛TOP榜

016

巴厘岛不可不看的9大景点 016

巴厘岛蜜月游不可错过的10大景点 022

巴厘岛亲子游不可错过的8大景点 025

带爸妈旅游不可错过的5大景点 030

巴厘岛不可错过的10大度假酒店 032

在巴厘岛享受SPA的10大最佳场所 036

巴厘岛不可错过的10大娱乐地

与娱乐项目 039

巴厘岛不可错过的21种体验 044

专题：在巴厘岛度蜜月必做的

事情 050

专题：让巴厘岛充满魅力的几大

元素 052

专题：在巴厘岛举办婚礼 055

PART 1

058—135

开始在巴厘岛自助旅行

1. 如何做好行前准备

060

资料收集一样都不能少 060

拟定计划有窍门 064

准备好必要的证件 067

可以这样兑换货币 071

海外旅行保险 072

准备行李有讲究 073

2. 巴厘岛旅行的必备功课

074

在巴厘岛如何通信 074

巴厘岛用餐那些事 075

怎样找到合适的住处 086





PART 2

136—189

巴厘岛旅游圈



用什么交通工具 099

淘宝达人不可错过的信息 103

娱乐达人新发现 111

3. 巴厘岛旅行应急攻略 129

发生这些事怎么办 129

常用语言一览表 131

4. 畅游巴厘岛的2种玩法 132

3天经典游 132

5天精华游 133

巴厘岛南部景点 140

水明漾 140

努沙杜瓦海滩 140

库塔海滩 141

乌鲁瓦图断崖 144

金巴兰海滩 145

沙努尔海滩 149

南湾 152

巴厘岛爆炸纪念碑 152

神鹰广场 153

巴厘岛中部景点 156

乌布王宫 156

乌布传统市场 157





圣猴森林公园	158
内卡艺术博物馆	162
象窟	163
木雕村	165
德格拉朗梯田	166
海神庙	167
蜡染村	172
鸟园	172
专题：鸟园主要动物介绍	173
圣泉寺	176
巴厘岛野生动物园	177

巴厘岛东部景点 180

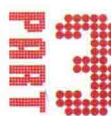
布撒基寺	180
图兰奔	184
阿贡火山	184

巴厘岛北部景点 185

水神庙	185
百度库	186
巴杜尔火山	186
巴杜尔湖	187
罗威纳海滩	187
马嘉干岛	188

巴厘岛其他景点 189

怒沙佩尼达岛	189
蓝梦岛	189



190—213

巴厘岛周边

龙目岛景点 192

科莫多国家公园	192
林加尼山	192
圣吉吉海滩	193
莎莎族村落	194
陶器村	194
吉利群岛	194





龙目岛旅游资讯

- 自助游必须掌握的交通
- 驴友力荐的住宿地
- 饕餮一族新发现
- 淘宝达人爱去的街店
- 消夜族恋恋不舍的地方

195

- 195
- 196
- 198
- 199
- 199

日惹旅游资讯

- 自助游必须掌握的交通
- 驴友力荐的住宿地
- 饕餮一族新发现
- 专题：淳朴的巴厘岛人

209

- 209
- 210
- 211
- 212

民丹岛景点

- 民丹岛大象公园
- 锡邦河红树林
- 高尔夫球会
- 民丹山
- 拉古洼水库

200

- 200
- 200
- 201
- 201
- 201

民丹岛旅游资讯

- 自助游必须掌握的交通
- 驴友力荐的住宿地
- 饕餮一族新发现
- 淘宝达人爱去的街店
- 消夜族恋恋不舍的地方

202

- 202
- 203
- 204
- 205
- 206

日惹景点

- 婆罗浮屠
- 普兰班南
- 莫拉比火山

207

- 207
- 207
- 208





导读 INTRODUCTION

360° 看巴厘岛

- 1 人文：巴厘岛速览 / 002
- 2 自然：巴厘岛概貌 / 014
- 3 亮点：巴厘岛TOP榜 / 016

巴厘岛

速览

人文

Humanity

历史 History

早期的巴厘岛

有人认为大约在青铜器时代，巴厘岛就已经有了非常进步的文化，目前仍在使用的农田灌溉系统和灌溉组织就沿袭自当时。

印度文明时期的巴厘岛

10世纪左右，印度文明影响全东南亚，并经过爪哇岛传入巴厘岛，由此发展成之后的巴厘文学、社会组织、艺术和政治的基本轮廓。13世纪，爪哇人逐渐统治巴厘岛，之后由于异教徒入侵爪哇，使得大批僧侣、贵族、军人、工匠逃亡至巴厘岛，他们使巴厘岛迎来了黄金时代。与此同时，来自欧洲的白人开始拜访巴厘岛，在荷兰探险家的眼中，巴厘岛丰富的社会文化和温暖的气候，让他们心动，并使之幻想着只要将荷兰的文明和商业带进巴厘岛，就会给巴厘人带来更加美好的未来。

荷兰统治时期的巴厘岛

20世纪初荷兰决定征服巴厘岛，经过几年的抗争，荷兰国旗终于插遍了全印度尼西亚和巴厘岛。巴厘岛居民在抗争无效之后，选择大规模集体自杀，1906年登巴萨王室贵族几乎全部自杀于荷兰军队面前，同时也结束了贵族统治的时代。“自杀事件”

传到欧洲后，引发了很大的震动，迫使殖民者实行人道统治，巴厘岛的传统文化特色也因此得以保存下来。荷兰人统治巴厘岛30多年，之后在第二次世界大战时巴厘岛又被日本人占据了3年，最后在联合国的干涉下，荷兰才退出印度尼西亚，而巴厘岛成为了印度尼西亚的一个省。

现在的巴厘岛

如今的巴厘岛在印度尼西亚行政上称巴厘省，已经成为著名的旅游胜地，岛上有多处美丽的沙滩，这些沙滩沙细滩阔、海水湛蓝清澈，每年来此游览的各国游客络绎不绝。正所谓“娇儿宠称多”，万种风情的巴厘岛亦享有多种别称，有“神明之岛”“恶魔之岛”“罗曼斯岛”“绮丽之岛”“天堂之岛”“魔幻之岛”“花之岛”等，由此可见大家对巴厘岛的偏爱。





文化 Culture

雕刻

巴厘岛的雕刻艺术闻名于世，木雕、石雕、绘画和手工艺品技艺精湛，神庙的墙壁、横梁、石基上都雕刻有各种神像、

动物和奇花异草。雕刻作品多以宗教和现实生活为题材，材料有质地坚硬的花岗石，有各种软硬木料，也有骨头、金属、兽皮等。在各种雕刻艺术中，最具代表性的是石雕和木雕。在巴厘岛，石雕主要集中在巴都布兰，木雕集中在马斯，又以木雕最为出名。

雕刻艺术

名称

介绍

木雕



巴厘岛的木雕经常被用在庙宇、庭院、堂室内。这些木雕作品用质地坚硬、花纹细密的乌木、柚木、檀香木、黑檀木等雕刻而成。木雕工匠多是身怀绝技，能雕出精美无比的作品

石雕



巴厘岛的石雕作品主要用于装饰神坛庙宇上，1世纪后，雕刻的形象大多为佛教和印度教的诸神，以及传说中的神奇动物

绘画

在印度尼西亚的绘画艺术中，巴厘岛的绘画可以说是独树一帜。传统的巴厘画为写实工笔画，是在巴厘岛古典画的基础上发展起来的。巴厘岛古典画主要用作宫廷壁画、庙堂布幔绘神像或贵族人家室内装饰，其所用的色料以牛骨粉制成，只有红、蓝、黄、棕和赭5种颜色，加上黑白两色共七色。





巴厘岛写实工笔画主要以自然风光、各种人物及动物为题材。巴厘岛碧蓝的海水、蔚蓝的天空、洁净的沙滩、翠绿的梯田、古老的神庙、窈窕的舞女等都是激起画家无限创作灵感的因素，并成为他们取之不尽的绘画素材。巴厘岛工笔画笔触细腻，生动逼真，写意达境，深受人们的喜爱。

巴厘岛绘画对世界绘画艺术的发展有着深远的影响，如印象大师高更、比利时的马尤尔，他们的画作都带有浓厚的巴厘岛风格。19世纪20年代，马尤尔来到巴厘岛留居，正因如此他后来的画作带有浓郁的巴厘岛风格，这些作品在西方引起了很大的反响。

自20世纪30年代起，一些西方画家来到巴厘岛作画，带来了西方现代绘画工具和色料，并传授西方绘画技巧，为巴厘岛的古典绘画艺术增添了新的色彩，技艺也更趋精湛，形成了新的风格。时至今日，巴厘人在继承写实工笔画传统的同时，也发展了西方油画。巴厘岛年轻一代的画师中，学习西方油画的人越来越多，他们的作品在街头或海滩边展卖，常被外国游客购买作为纪念品。

由于巴厘人坚信，人死后要接受审判，所犯罪孽必须在地狱中一一抵偿，所以巴厘岛的绘画作品通常含有警喻世人的意味，其线条较为粗犷，色彩也并不柔和、细腻，常

常用大片的黑、白和红的色彩来强调和渲染画作的气氛，令观者看后感到莫名的触动。此外，天国、人间和地狱的题材也通常是巴厘岛绘画展现的重点。

巴厘画作主要集中在乌布和阿马，乌布是巴厘绘画重镇和蜚声世界的艺术村，同时也是选购手工艺品的绝佳去处。游客到乌布购买巴厘画作选择较多，价格也比南部便宜不少。另外，这里的艺术馆也很漂亮，值得一观，其中尼加艺术馆收藏了很多珍品。

蜡染

想要参观巴厘岛的蜡染艺术可以到巴厘岛著名的蜡染村，在那里可以亲眼看到巴厘姑娘织布，也可以请他们为游客进行布艺蜡染。据蜡染村的布商说：“郑和七下西洋，使中国的佛教建筑技术以及陶瓷文化、丝绸文化在印度尼西亚得到了广泛传播，给当地带来了中国的丝绸，同时还教会了他们纺织印染。”也许很多人认为中国的蜡染很多，不足为奇，但是巴厘岛的蜡染是别具特色的。巴厘岛知名的蜡染布艺“仁辛科”分经纬染色后编织而成，这种艺术世界绝无仅有。一件“仁辛科”服装需耗时数年才能编织完成，不过现在这种艺术已极为少见，只有有身份的人在重大祭祀时才穿着这种服饰。



舞蹈

巴厘岛有10多种不同的舞蹈，每种都有严格的舞蹈动作，需要经过高水平的训练。大多数表演者并非专业出身，但都有专家悉心指导。巴厘岛舞蹈会出现在多种不同的场合舞蹈，无论是祭祀仪式还是婚丧嫁娶，或者生辰庆贺都不能没有舞蹈。岛上有数不清的寺庙，庙前的空地就是人们跳舞的好场所。

在旅行中，有时会遇到女人们边跳迎宾舞，边把供品带往神庙，她们的眼睛、头部和手都以一种非常整齐和协调的节奏在活动。这是巴厘舞蹈的典型特色，手腕、手指每一次轻轻地移动都具有独特的意义，面部表情也十分丰富。

巴厘岛舞蹈品种繁多，不同场合跳不同的舞蹈，每种舞蹈都有独特的意义。几百年来巴厘岛的题材大都是印度史诗《罗摩衍那》和印度尼西亚流传的神话传说，舞剧一开锣，观众就知道剧情，然而他们仍百看不厌，究其根源，这种热情来自于宗教情结，目的是为了酬谢神和娱乐神。大家陶醉地欣赏着舞蹈者的表演，舞者和观众，舞者和神灵，神灵和观众，皆通过优美的舞姿和强烈的音乐节奏进行着心灵的沟通，达到天人合一、人神合一的境界。在众多舞蹈表演中最撼人心弦的莫过于桑扬舞的表演，舞者在表演前已进入催眠状态，随着节奏的加快，舞者近乎疯狂，待神灵附体达到高潮，整个会场便沸腾起来。

《狮子与剑舞》是一个很有名的舞蹈，也是巴厘舞蹈艺术的精髓，它刻画了善与恶的交锋，完整地展现了巴厘人的宗教信仰和审美观。演奏的时候，乐团成员一律身着民族服饰，男人留着八字胡须，头戴一种特别的船型小帽，舞蹈从一开始就是为了酬谢神和传达神的信息。考古证明，很早时就出现湿婆跳舞的神像造型，表现了舞蹈节奏来控制世界和表达旨意的主题。



巴厘岛舞蹈介绍

名称	介绍
巴龙舞 	巴龙舞又称为Barong&Rangda，类似中国的狮子舞，剧中无论是服装、身段、角色扮演、配乐还是剧情发展方面都简单易懂，所描述的是善恶势不两立的故事。由双人演出，Barong是善神的化身，而Rangda则是恶神的化身，是一位长着突眼獠牙的女巫
凯卡克舞 	凯卡克舞（Kecak）的艺术价值不亚于巴龙舞，宗教色彩比较浓郁，该舞蹈的由来起因于迷咒舞桑扬（Sanghyang）中所发出的“kechak-kechak”伴唱声音。表演时由一群青年人环绕着忽明忽暗的火柱而坐，一边摇晃身躯，一边发出宗教式的呼声，可瞬间把观众引入到神秘的氛围中。凯卡克舞约由20世纪30年代发展起来，全剧依据印度史诗《罗摩衍那》的故事撰写，描写了Rama王子得到猴子军队的帮助，从邪恶之王Rawana手中夺回妻子的故事
雷贡舞 	巴厘岛舞蹈中数雷贡舞（Legong）最为优雅，传说它原是仙界的舞蹈，曾流行于宫廷之中。雷贡舞最大的特色在于年轻的女性舞者在表演中转动的眼睛和颤抖的双手，她们妆容精致，身着金色锦衣，抽象的肢体动作有时会让人摸不着头脑。这些舞者非常受人尊敬，杰出的舞者在上了年纪后，人们会称其为“伟大的雷贡舞者”
桑扬舞 	桑扬舞（Sanghyang Dance），由两个年轻女孩表演，旁边的男女声合唱作为背景桑扬舞。舞者在紧闭双眼的同时，以完美的对称性演绎着雷贡舞的另一个如梦似幻的版本
托宾假面舞 	当地人相信托宾假面舞（Topeng）是一种具有神性的舞蹈，蕴藏着很大的能量。由于面具具有神秘的色彩，能充分改变人们对角色的印象，所以当舞者戴上面具时，就会成为这个面具所描绘的人物或神祇
巴厘岛战士舞 	巴厘岛战士舞（Beris）为赞颂男子的英勇气概而诞生，独舞的男子头戴以贝壳装饰的三角帽盔，多表现为瞪眼、耸肩、跺脚等姿态，所表达的意境或自负、无谓、震惊，或是痛惜等，展现了战士在沙场临敌时的心境。舞者坚定的步伐伴随着激昂的鼓声，场面甚是动人
迎宾舞 	迎宾舞（pendet）最早源于宗教祭典中欢迎众神下凡的仪式。在庆典、集会上一定会跳迎宾舞，如果一场表演有几种舞蹈形式，迎宾舞必定最先出场。舞蹈开始时，少女列队，手持鲜花欢迎宾客，在舞蹈最后将手中的鲜花洒向人群

建筑

巴厘岛以典型的海滨自然风光和富有特色的风土人情而闻名，而这里的建筑也颇具特色。很多著名设计师来到巴厘岛留下了他们引以为傲的作品，但是几乎所有建筑师的建筑作品都会保留巴厘岛原有的风格，新建的楼房不得高于四层，岛上的名胜古迹也保留了原有的样子，这种传统的建筑样式并没有被现代文化所吞食。由于巴厘岛的建筑崇尚将大自然带进室内，因而所有的房子几乎都是开放式设计。

专题SPECIAL

巴厘岛建筑风格



20世纪60年代开始，巴厘岛成为西方游客的热门集中地，这一时期，巴厘岛上大量的钢筋混凝土建筑开始出现。此后，巴厘岛当地政府规定，岛上的建筑物必须具有“巴厘岛特征”，新建的楼房不得高于4层，因为他们忌讳房子比椰子树高，他们认为椰树也有灵魂，其神灵不得冒犯。

巴厘岛上所有的特色都没有被“现代文明”所吞噬，依然保留了自己应有的样子。而巴厘岛旅游业的不断膨胀，使岛上的建筑环境面临着巨大的挑战。在本岛建筑师和一些重视地域性的西方建筑师的共同努力下，一种现代化的“巴厘岛”风格建筑出现了，他们巧妙地运用传统和现代材料，如毛草、竹子、陶瓷、石头、玻璃和钢等，使建筑在不失现代感的同时，又保留了传统风格。

四面通风的设计

巴厘岛的建筑特色在于和自然的完美结合，因气候影响，巴厘岛没有冬天，所以公共的空间多半是只用竹帘挡光或避雨的开放形式，并结合庭院和自然景观，将大自然带进屋内。

