

lonely planet

你的 大旅行



间隔年和海外长途旅行终极指南

中国地图出版社

lonely planet

你的 大旅行

间隔年和海外长途旅行终极指南

 中国地图出版社

你的大旅行

间隔年和海外长途旅行终极指南

中文第一版

书名原文: THE BIG TRIP: YOUR ULTIMATE GUIDE TO GAP YEARS AND OVERSEAS ADVENTURES (3rd edition, May 2015)

© Lonely Planet 2015

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片提供者持有版权, 2015

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目 (CIP) 数据

你的大旅行: 间隔年和海外长途旅行终极指南 / 澳

大利亚LonelyPlanet公司编; 李文雯等译. -- 北京:

中国地图出版社, 2015.12

书名原文: The Big Trip

ISBN 978-7-5031-8846-6

I. ①你… II. ①澳… ②李… III. ①旅游指南—世界 IV. ①K919

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第267062号

出版发行 中国地图出版社
社 址 北京市白纸坊西街3号
邮政编码 100054
网 址 www.sinomaps.com
印 刷 北京华联印刷有限公司
经 销 新华书店
成品规格 185mm × 240mm
印 张 20.75
字 数 581千字
版 次 2015年12月第1版
印 次 2015年12月北京第1次印刷
定 价 99.00元
书 号 ISBN 978-7-5031-8846-6/Z·272
审 图 号 GS (2015) 2937号
图 字 01-2015-5881

*如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983

电话: +61 3 8379 8000

传真: +61 3 8379 8111

联系: lonelyplanet.com/contact

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和储备过程中全力保证本书质量, 但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做出任何明示或暗示之声明或保证, 并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系Lonely Planet之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。

不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用Lonely Planet之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

THE BIG TRIP

你的大旅行

前言	05	跟着节日去旅行	111
为何去	05	工作	115
为何不去	06	志愿者服务	124
还是要去?	07	课程	131
20 顶级旅行体验	08	第三部分 去哪里	137
第一部分 旅行贴士	19	东南亚	144
行前计划	21	南亚次大陆	162
办手续	25	东亚	178
现金与花费	33	欧洲	194
健康与安全	41	美国、加拿大和加勒比海	212
打包行李	55	大洋洲	228
出发	61	俄罗斯、中亚、高加索及周边	246
抵达	66	墨西哥、中美洲和南美洲	261
保持联络	70	非洲	278
做个好旅行者	75	中东	293
回家	79	他们的大旅行	308
第二部分 定制行程	81	大旅行日历	316
与谁同行	83	第四部分 出行指南	322
交通选择	87	幕后	326
住宿	100	索引	328
探险路线	105		



你的 大旅行

间隔年和海外长途旅行终极指南

 中国地图出版社

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

你的大旅行

间隔年和海外长途旅行终极指南

中文第一版

书名原文: THE BIG TRIP: YOUR ULTIMATE GUIDE TO GAP YEARS AND OVERSEAS ADVENTURES (3rd edition, May 2015)

© Lonely Planet 2015

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片提供者持有版权, 2015

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目 (CIP) 数据

你的大旅行: 间隔年和海外长途旅行终极指南 / 澳大利亚LonelyPlanet公司编; 李文雯等译. -- 北京:

中国地图出版社, 2015.12

书名原文: The Big Trip

ISBN 978-7-5031-8846-6

I. ①你… II. ①澳… ②李… III. ①旅游指南—世界 IV. ①K919

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第267062号

出版发行 中国地图出版社
社 址 北京市白纸坊西街3号
邮政编码 100054
网 址 www.sinomaps.com
印 刷 北京华联印刷有限公司
经 销 新华书店
成品规格 185mm × 240mm
印 张 20.75
字 数 581千字
版 次 2015 年12月第1版
印 次 2015 年12月北京第1次印刷
定 价 99.00元
书 号 ISBN 978-7-5031-8846-6/Z·272
审 图 号 GS (2015) 2937号
图 字 01-2015-5881

*如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983

电话: +61 3 8379 8000

传真: +61 3 8379 8111

联系: lonelyplanet.com/contact

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和储备过程中全力保证本书质量, 但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做出任何明示或暗示之声明或保证, 并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系Lonely Planet之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。

不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用Lonely Planet之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

THE BIG TRIP

你的大旅行

前言	05	跟着节日去旅行	111
为何去	05	工作	115
为何不去	06	志愿者服务	124
还是要去?	07	课程	131
20 顶级旅行体验	08	第三部分 去哪里	137
第一部分 旅行贴士	19	东南亚	144
行前计划	21	南亚次大陆	162
办手续	25	东亚	178
现金与花费	33	欧洲	194
健康与安全	41	美国、加拿大和加勒比海	212
打包行李	55	大洋洲	228
出发	61	俄罗斯、中亚、高加索及周边	246
抵达	66	墨西哥、中美洲和南美洲	261
保持联络	70	非洲	278
做个好旅行者	75	中东	293
回家	79	他们的大旅行	308
第二部分 定制行程	81	大旅行日历	316
与谁同行	83	第四部分 出行指南	322
交通选择	87	幕后	326
住宿	100	索引	328
探险路线	105		

如何使用本书

本书旨在为旅行者提供需要的信息，并帮你把旅行梦想变成具体的计划。第一部分旅行贴士，介绍了出发前你需要知道的一些事，例如，到达目的地时会发生什么，以及你需要事先备齐的文件材料。在第二部分定制行程部分，介绍如何设计既适合你，又是你感兴趣的旅程——向往探险之旅或融入当地节日庆祝，还是你想加入当地的志愿者工作？若此时你对旅行目的尚不明确，这些内容都值得你读一读。

本书第三部分关于旅行目的地，列举了一些有针对性的行程规划。这些章节放眼世界各地，如果你还不确定要去哪儿，不妨先读读这部分内容。第四部分是出行指南，这里罗列了一些适用于中国旅行者的组织机构的联系方式。

我们已尽可能更新本书的内容，但请记住，物价与汇率不会一成不变，在本书上架之后各种无法预料的变化都可能发生。不过，享受一段好旅行的奥秘不就在于随遇而安和与时俱进吗？

前言

一切始于“壮游”(the Grand Tour)!早在17世纪,游历欧洲就是英国贵族子弟所受教育的一个组成部分,他们参观博物馆、欣赏画作,更重要的是,品尝仅在课堂与书本中学习过的葡萄酒。他们会花上几个月的时间在欧洲大陆旅行,尽管大多数人最远只到达意大利(很可能是葡萄酒的关系),但最后他们都带着受益终身的故事、纪念品和伤痛满载而归。

在那之后几百年,廉价机票让更多的人能够给自己放一年假,去看看教科书和沉闷的历史课堂以外的世界。人们想利用各种假期——无论是间隔年、海外工作经历(OE)、做交换生、工作假期、教师假、休学或休假一年——奔向印度、意大利、以色列,以及地球上的任何地方,去见识下这个世界的多面性。而如今,你有更多的理由走出国门。

为何去

且慢,世界之大,可电视上不都能看到吗?世界之奇,难道还有维基百科不知道的事?除非你满足于纸上谈兵,否则没有什么可以取代亲自走出去,身临其境地

去看、去听、去品尝、去接触、去呼吸这个世界。顺便说一句,并非事事皆完美,不过至少你体验过,况且在派对上,你用一句话就可以让那些书呆子们闭嘴:“你真的去过吗?”

一切始于旅行,也终于旅行,许多旅行者在一次度假后将满腔热情转化为自己的职业。有一位经济学专业的毕业生原以为自己一定会去会计师事务所上班,但间隔年期间,他在一家唱片发行公司打工,结果深受启发,此后他一直从事着音乐领域的工作,这一年的休假改变了他的未来。

旅行者Sarah Bruce不仅给自己放了一年假,还利用这段时间去考察了一个她感兴趣的领域。“我通过Trekforce Expeditions去海外做了5个月的志愿者。这段经历真的改变了我的想法和择业观,它我的生活打开了一扇门,让我有机会在慈善部门从事市场工作。”

旅途中,你所遇见的人和经历的事,会让你看到足不出户的人永远看不到的职业机会和人生选择。机遇有时会在旅途中出现,但正如汤姆·霍尔(Tom Hall)提醒我们的:“旅行并没有解答我想要什么样的人生这一问题,却为我留下了一些最快乐的回忆。”汤姆现在是

离开父母，走出温室

对于你一走就是几个月这件事，你的父母可能不会太开心。他们多半会唠叨继续读书的事，让你安定下来，或者找一份好工作，例如去银行上班。他们真的应该学会放手了。给他们吃颗定心丸，并让他们愿意为你支付机票钱，以下是我们提供给你用以说服家人的有力论据：

- ☆ **有效的说明** 如果你能跟他们讲讲你要去的地方，可能会让他们更放心。对于去向不明的你，任谁都会抓狂的，不过要是你能向他们描述下你的旅行线路，具象化以后就会看起来更容易被接受。介绍一些有用的事实（“当地人都会说英语”；“每年有超过3万名旅行者去玩，他们都没事啊”；“它是中美洲最安全的城市之一”）也会有帮助。你还可以把这本书给他们读几章，让他们明白你是认真对待这次旅行的。
- ☆ **让他们参与其中** 让你的父母参与到你的旅行计划中来，给他们看一份详尽的行程规划，旅行中甚至可以让他们通过你的博客或微博、微信了解你的进程，告诉他们你的旅行预算和期限。在路上你可以随时更改行程，不过一定要让他们知道，以免他们为你担忧，或者惊慌失措地打电话给你。
- ☆ **打电话回家** 制订一个给家人打电话的时间表，也可以发短信（更多贴士在第一部分，见70页）。确保这个时间表是合理的（每小时一个电话一定是疯了，不过一个月只打一次电话也会让父母伤心落泪），然后坚持执行。
- ☆ **参加课程** 参加一门课程来证明你对这次旅行的决心（详见第四部分，出行指南）。学习一种语言、一门急救课程，甚至掌握一些基本的旅行技巧，都是体现你对旅行认真态度的好方法。
- ☆ **保险** 购买一份涵盖所有突发情况的旅行保险，让他们知道你对意外事件有所准备。
- ☆ **职业规划** 这是你的王牌。解释一下这次旅行对你的职业生涯会有帮助，列举几个通过旅行在事业上获益的个案。

Lonely Planet的全球编辑总监，或许旅行也或多或少对他的这个职业选择有所推动。

不过旅行也不都是为了职业规划或人生理想。就像几百年前的“壮游”者们一样，你也会收获受益终生的朋友和经历。比如，每当有人提起泰国，你会回忆起某个满月派对；而当你遇到一个新西兰人、加拿大人或者苏格兰人，则可以与他们聊聊在当地酒馆里喝酒、和他们的同胞一起开怀大笑的故事。这些无形资产会伴你一生。

旅行还可以帮你建立自信。即使你只是知道怎么在布拉格搭乘公共汽车、如何避免在柬埔寨感染疟疾，但当你回家后，在学习或工作中遇到问题时，只要想到这些，你就会觉得这些困难没什么大不了的。正如Amanda Akass所说：“若你曾在严寒中徒步穿越过安第斯山脉，在里约热内卢吓退过抢劫者，或者在深夜的丛林里迷过

路，你就会觉得自己无所不能！”

最后，要知道你六七岁就开始上学了，在漫长的人生旅途中给自己一点休息时间并不过分。

为何不去

没有一帆风顺的旅途——我们不准备糊弄你，漂亮的旅游宣传册往往将现实过分美化了，事实是你在旅途中可能会没钱、生病，或者只是孤单又想家。不过只要稍做准备，你就可以把失落感减到最少，把快乐放到最大。

出发之前总要考虑钱的问题，旅行可能会很烧钱。我们有点小建议，可以让你手里的人民币（或者是美元、英镑、欧元……）多坚持一段时间（见33页），不过你得先算算你的钱够在外面用多久，然后可能要做些

取舍。你愿意花点时间在新西兰的某个农场打工，顺便在澳洲大陆做几次短途旅行吗？还是想去老挝做志愿者帮助流落街头的孩子？又或者只打算徒步前往马丘比丘，然后就带着酸痛的双脚回家？在权衡过时间和金钱后，你的间隔年是否要变成“间隔月”了？不管怎样，你都有我们，我们会帮你做出一个预算，把旅行变成现实。

许多旅行者会担心人身安全的问题。只要看看电视新闻，你就知道世界上有些地方是你不想涉足的。我们会带你绕开这个世界上真正的危险之地（见41页）。其余情况下，我们会就日常危险给出建议，尽我们所能帮你做好准备。

环境问题也要考虑。飞机产生的碳排放量的确相当大，旅行者也可能会对生态敏感地区造成影响。本书会告诉你如何减少个人产生的碳排放量，如何尊重你将游览的国家，避免破坏脆弱的环境和文化（见75页）。我们相信，负责任的旅行可以帮助发展中国家——旅行者并不等同于入侵者，旅行应该将世界拉得更近。

还是要去？

尽管难免心有不安，每年仍有数百万人踏上旅途，去探索藏在新闻头条和课本以外的真实世界。你会发现诸如“旅行会改变你”那类老生常谈是真的，你会带回比任何度假照片和纪念品都珍贵的回忆。

本书中的实用贴士旨在帮你完成梦想到现实的过程。从做计划到回家，我们从旅行者中搜集了足够多的建议，希望能为你带来灵感，并伴你安全出行。书里有世界各地的亮点，你可以规划合适的旅行线路。另外还有

你旅行多久了？

如果在东南亚旅行时遇到背包客，这两个问题几乎就是标配——你是哪里人？旅行多久了？如果说“你是哪里人”是搭讪的第一步，那么“旅行多久了”则是深入聊下去的切入点。

当了几年朝九晚五的上班族，超过10天的假期对我来说都已是相当奢侈。我狠下心来辞职去了趟东南亚，计划一两个月，想着再也不用看着老板脸色请假了，心里每天都在暗爽。不过这种极其良好的自我感觉很快就遭到了无情的打击。在老挝四千美岛，我遇到一个奥地利小哥，话题很快就切入到“你旅行多久了”。我努力按捺住自己的暗爽之情，说：“已经半个多月了，估计还要走一个月，你呢？”奥地利小哥淡淡地说：“哦，我已经出来半年了，在老挝待了3个月，不知什么时候会回去，可能一年，也可能两年。我喜欢这儿。”什么！竟然还有如此漫长而松散的行程，我心中崇拜与羡慕之情油然而生，原来已经有人把旅行过成了生活。

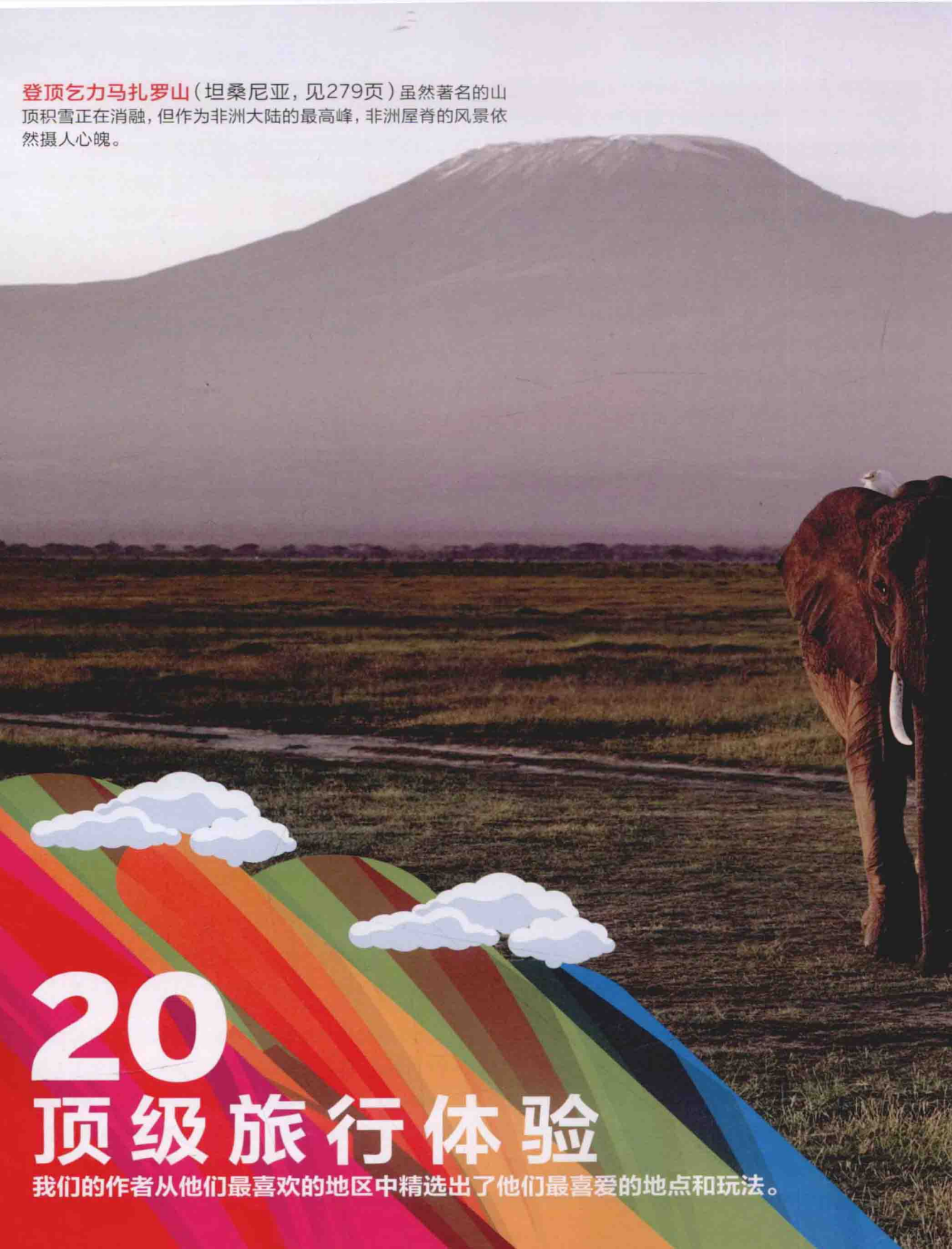
后来我也走上了这样的旅途，不计划与归期，各种不确定性，如此迷人。

彭棠，Lonely Planet中文版作者，
2008~2010年游荡于东南亚、南亚等地。

关于打工旅行和办签证方面的建议。

不过在所有的计划和准备工作之中，我们能给出的最好建议来自Lonely Planet的创始人托尼·惠勒（Tony Wheeler），他把英国熟悉的一切抛在身后，从英格兰出发，穿越欧亚大陆至澳大利亚，并最终将旅行变成了大事业。在世界各地旅行多年的托尼会告诉你：“出发吧！”

登顶乞力马扎罗山(坦桑尼亚, 见279页)虽然著名的山顶积雪正在消融, 但作为非洲大陆的最高峰, 非洲屋脊的风景依然摄人心魄。



20 顶级旅行体验

我们的作者从他们最喜欢的地区中精选出了他们最喜爱的地点和玩法。

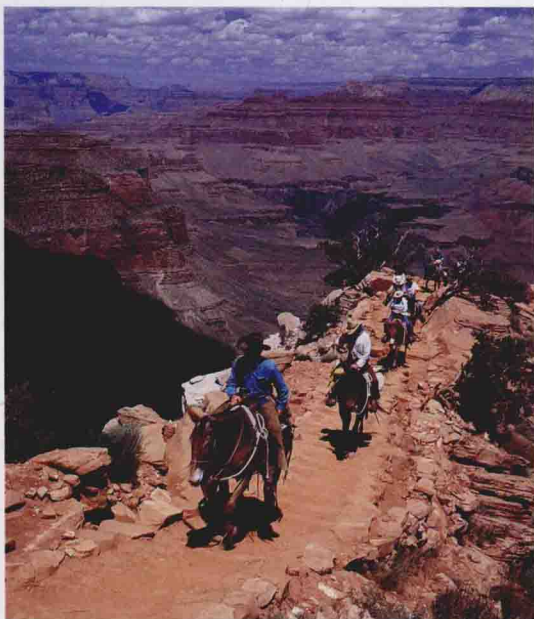


爱丁堡艺穗节上参加百褶裙大趴
(英国, 见202页) 想象一下, 为期一周的时间里, 最疯狂的苏格兰人呼朋唤友, 投入喜剧和古怪的艺术中, 一座不眠不休的中世纪古城变得狂野而怪诞。这将是多么另类又有趣的体验! —

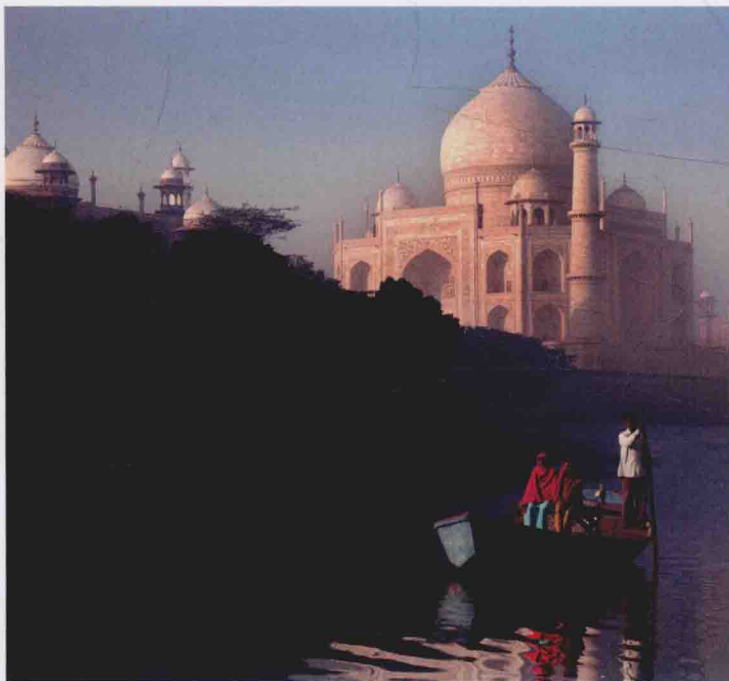


GARETH MCCORMACK / GETTY IMAGES 提供

永恒的泰姬陵 (印度, 见163页) 就连闹哄哄招徕生意的小贩也对这座古老的陵墓心存敬畏, 当你走近它, 莲花图案、金色尖顶和神圣的伊斯兰新月等细节都将变得清晰而生动起来。



骑驴深入大峡谷 (美国, 见219页) 鞍囊上下摆动, 四下无人, 你会感觉自己就像西部片里的孤独牛仔, 而非身处世界上最大、人气最旺的峡谷之中。



下右: PETE SEAWARD / LONELY PLANET 下左: TONY GERVIS / GETTY IMAGES 提供

在大堡礁的珊瑚上发现色板之外的颜色 (澳大利亚, 见234页)

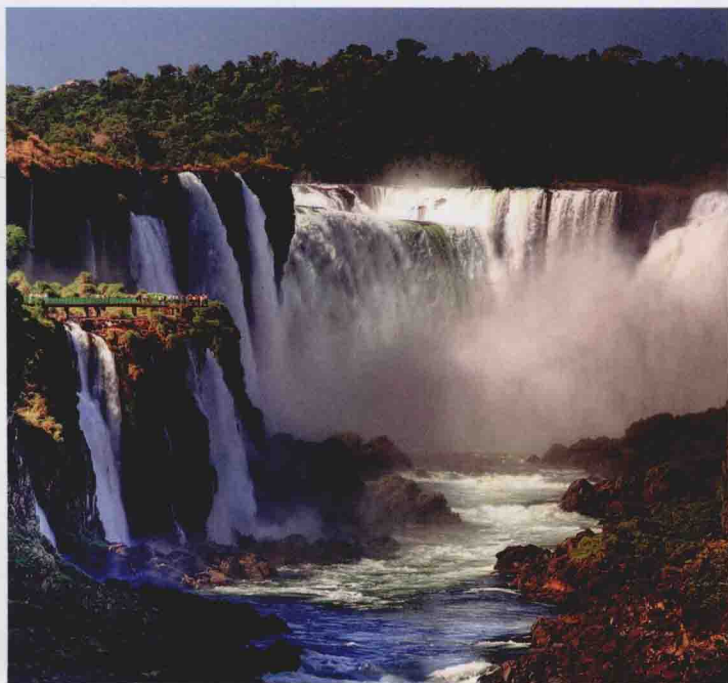
你可以乘坐玻璃底的船探索全世界最大的珊瑚礁, 不过如果你戴上浮潜呼吸管, 就可以近距离欣赏那些色彩, 还有海洋珍稀鱼类围着你, 给你挠痒痒。



ROBERT HALSTEAD / LONELY PLANET IMAGES

徒步前往壮观的伊瓜苏瀑布 (阿根廷、巴拉圭、巴西, 见268页)

伊瓜苏瀑布最叫人惊叹的自然位于阿根廷和巴西两国交会处的“恶魔之喉”(Garganta Del Diablo), 这里倾泻着全世界最气势磅礴的“漱口水”。不过这片跌宕汹涌的瀑布随处都是令人难忘的美景。



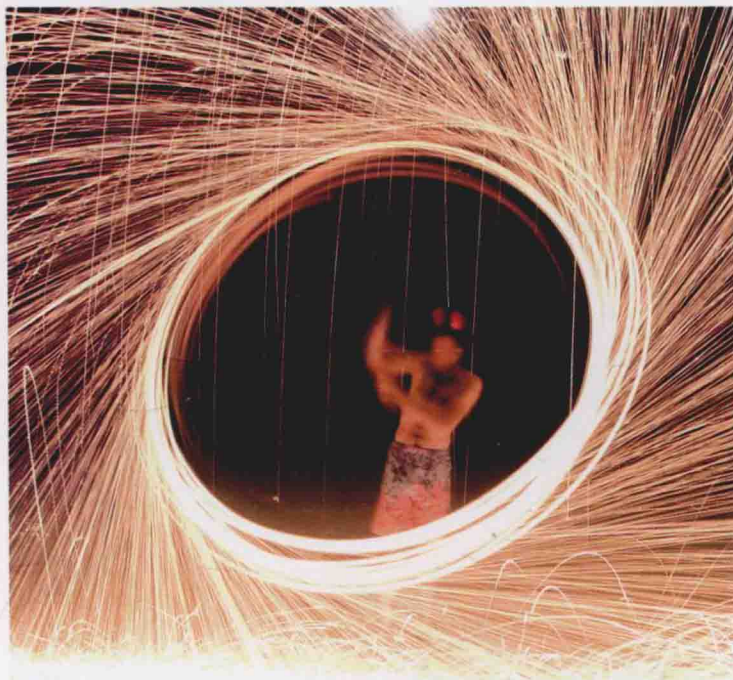
下左: SIVAN ASKAYO / LONELY PLANET 下右: GERARD COLES / GETTY IMAGES 提供

闯入纽约梦工厂 (美国, 见219页) 从《宋飞正传》(Seinfeld) 里的熟食店到《超级名模》(Zoo Land) 里时尚达人的梦幻场景, 再到《金刚》(King Kong) 里帝国大厦令人难忘的画面, 纽约正在等着你喊“开拍”!



在雅典卫城触摸历史的脉搏 (希腊, 见200页)
宏伟的“圣石”已经在雅典矗立了数千年, 以向古希腊的神灵致敬。避开嘈杂的人群, 选一个清晨来感受它的庄严与雄伟。

在火人节纵情狂欢 (美国, 见222页) 在这个迷幻的节日期间, 内华达州的黑岩沙漠 (Black Rock Desert) 满是嬉皮士、艺术家和志趣相投的众多参与者, 这里会有裸体骑车活动, 还会焚烧一个柳条编成的巨大人像。



上右: IAN AUSTIN / GETTY IMAGES 提供 上左: MARCO SIMONI / GETTY IMAGES 提供

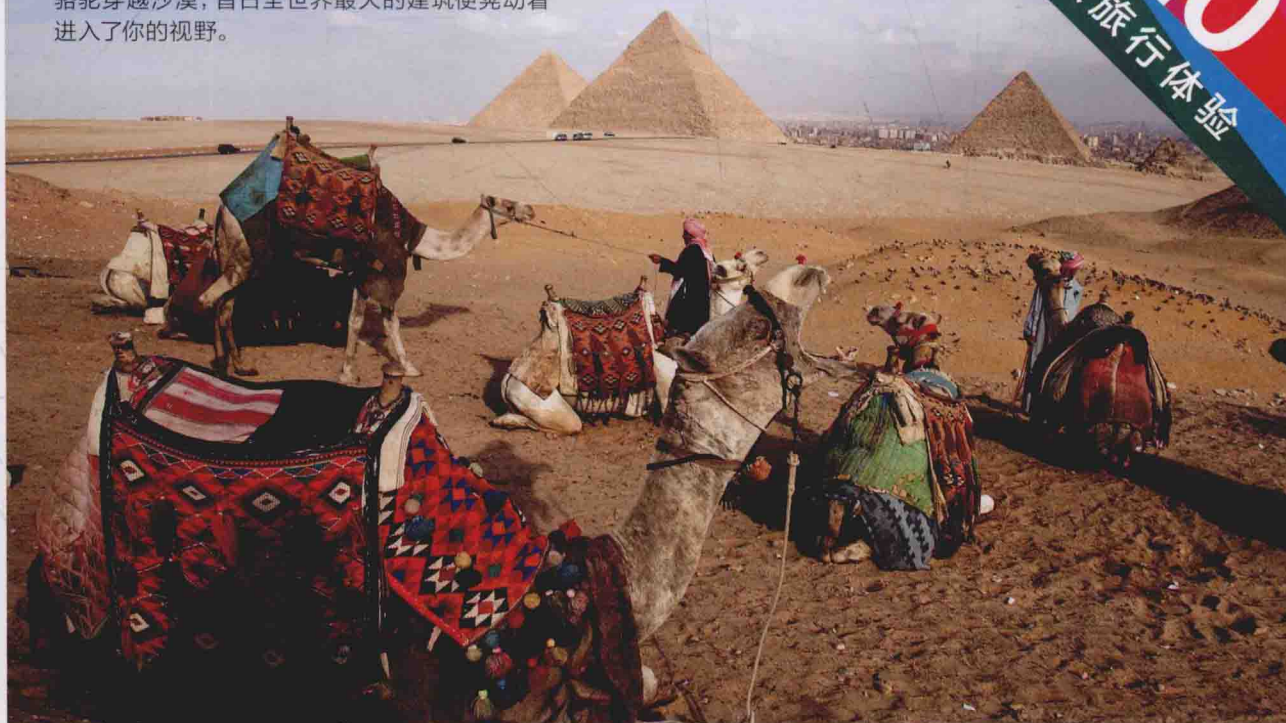
叹为观止的下龙湾喀斯特石峰
(越南, 见151页) 不论是坐在海滩餐厅中欣赏, 还是乘坐一艘老式帆船在水面参观, 想要看遍石灰岩那绚丽的色彩, 你恐怕得来好几次。



MATT MUNRO / LONELY PLANET

骑着骆驼去吉萨金字塔(埃及, 见284页)

抵达神秘的金字塔遗址的唯一办法是骑着单峰骆驼穿越沙漠, 昔日全世界最大的建筑便晃动进入了你的视野。



RICHARD I' ANSON / GETTY IMAGES 提供



在皮皮岛潜水(泰国, 见151页) 海水清澈, 珊瑚丰富, 全世界最迷人的一些浮潜胜地就在这里。水肺潜水爱好者可以下潜至更深处的“宋神号”(King Cruiser) 沉船地点。探索石灰岩地表也会让你难忘。

下左: CATHERINE SUTHERLAND / LONELY PLANET 下右: CHRISTOPHER GROENHOUT / GETTY IMAGES 提供

和东京的Cosplay团队一起开一场城市化装舞会(日本, 见184页) 不论是装扮成最新的漫画女主角, 还是走老派哥特式路线, 在原宿和东京其他热门地点穿上你最古怪的衣服吧。

