

lonely planet

旅行指南系列

东南亚

on a shoestring



生活·讀書·新知 三联书店

东南亚

on a shoestring



China Williams

Greg Bloom, Celeste Brash, Andrew Burke, Jayne D'Arcy, Shawn Low,
Brandon Presser, Nick Ray, Daniel Robinson, Ryan Ver Berkmoes, Richard Waters

欢迎反馈

Lonely Planet非常希望得到来自旅行者的反馈——你的意见会使Lonely Planet时刻保持警觉，把书越做越好。虽然Lonely Planet不能一一回复每一封来信，但可以保证在编写下一版之前，你的反馈会及时送到相关作者手中。Lonely Planet经验丰富的作者队伍会认真阅读你的信件的每一个字，了解你对本书喜欢什么，不喜欢什么。Lonely Planet会在下一版书中“幕后”部分向所有来信的读者致谢。

Lonely Planet真诚地欢迎中文版读者的反馈意见。如果你想对本书提出修改意见，或者想了解更多有关Lonely Planet的故事、新闻报道和旅行信息，请登录我们的网站www.lonelyplanet.com/contact，以及中文网站www.lonelyplanet.com.cn。

请注意：Lonely Planet可能会将你的意见编辑、复制或合并，用于诸如旅行指南、网站和数字产品等Lonely Planet产品中。所以，如果你不希望你的意见被复制，或者不希望你的名字出现在致谢名单中，请提前告知。欲了解我们的隐私政策，请登录www.lonelyplanet.com/privacy。

东南亚

中文第三版

Original Title: *Southeast Asia on a shoestring* (15th edition, March 2010)

简体中文版文字和地图 © Lonely Planet 2011

本简体中文版经 Lonely Planet 授权，由生活·读书·新知三联书店出版。

©文中图片由摄影者持有版权，2011

封面图片合成：Yukiyoshi Kamimura。

本书中图片由 Lonely Planet Images提供，

摄影者：Austin Bush, Johnny Haglund, Tim Hughes, Dallas Stribley, Jane Sweeney。

本书中绝大部分图片可通过Lonely Planet Images:
www.lonelyplanetimages.com获得授权。

版权所有，无出版人书面许可，不得以任何方式复制、节选或传播本作品部分或全部内容。

图书在版编目(CIP)数据

东南亚 / 澳大利亚 Lonely Planet 公司编；
陈薇薇、李静韬等译。—3版。—北京：
生活·读书·新知三联书店，2011.11
(Lonely Planet 旅行指南系列)
ISBN 978-7-108-03795-4

I. ①东… II. ①澳… ②陈… III. 旅行指南—东南亚
IV. ① K933.09

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 167683 号

责任编辑 夏筱雅 凌金良
版式设计 薛宇
责任印制 常宁强
出版发行 生活·读书·新知三联书店
(北京市东城区美术馆东街 22 号)
邮 编 100010
图 字 01-2010-1168
经 销 新华书店
印 刷 北京隆昌伟业印刷有限公司
版 次 2011 年 11 月北京第 3 版
2011 年 11 月北京第 8 次印刷
开 本 850 毫米 × 1100 毫米 1/32 印张 29.625
印 数 46,001-56,000 册
定 价 96.00 元

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983

Locked Bag 1, Footscray, Victoria 3011, Australia

☎ (03) 8379 8000 传真: (03) 8379 8111 网址: www.lonelyplanet.com

Email: talk2us@lonelyplanet.com.au (同时在英国、美国设有办事处)

Lonely Planet 以及 Lonely Planet 图形标志均为 Lonely Planet 公司注册商标。
Lonely Planet 不允许其名称以及商标用于其他商业用途，如：商店、餐馆
或旅馆。如发现此类情况，请联系以下地址投诉：www.lonelyplanet.com/ip

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和出版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、可靠性以及完整性做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。

清迈 (见 709 页)

骑车逛老城，深入集市，在这座魅力十足的北部城市学泰式烹饪

琅南塔 (见 380 页)

“绿色”徒步游的中心，由此出发穿越丛林高地，探访部落群体

河内 (见 791 页)

古老亚洲的翻新版，既有中世纪的街道，又有经过防腐处理的胡伯伯（胡志明）遗体

蒲甘 (见 549 页)

古代佛教建筑无处不在，宛如宗教版的曼哈顿

下龙湾 (见 809 页)

航行于数千点缀着绿宝石般海湾的驼峰状小岛之间

琅勃拉邦 (见 365 页)

一座浪漫的古都，是漫步的绝佳之地，也是令人梦想永远居住下去的地方

曼谷 (见 671 页)

一座放纵的城市，有庞大的舞厅，低调的啤酒吧，超大的购物中心和琳琅满目的市场

吴哥寺庙群 (见 96 页)

世界上最伟大的历史遗迹之一，为高棉王朝的神王而建造

马德望 (见 101 页)

乘船到达，徜徉于破败的殖民时代别墅间，探索山顶的寺庙

韦岛 (见 269 页)

来这座无纷无扰的小岛，探秘海底峡谷和与世隔绝的海滩

阁道岛 (见 753 页)

在这座以潜水胜地而闻名的岛，学习像鱼儿一样畅游

甲米 (见 768 页)

攀上崎岖不平的石灰岩山峰，在宝石色的海水中划桨。在日落下举杯

基纳巴卢山 (见 472 页)

长途跋涉穿越丛林，登上婆罗洲最高峰的花岗岩尖顶

武吉拉旺 (见 266 页)

在丛林保护区与半野生的红毛猩猩来一次近距离邂逅

槟榔屿 (见 439 页)

在小贩聚集之地，早市和众多的餐馆里细品马来西亚的多文化大杂烩

新加坡 (见 633 页)

一座高度发达的城市，是参观博物馆、购物和品尝街头美食的好地方

布罗莫火山 (见 210 页)

登上冒着烟的火山峰顶，欣赏这片高耸的地貌像月球表面一样的山地的日出

巴厘岛 (见 212 页)

人人喜爱的海滩，冲浪，晒太阳，放慢生活节奏







STU SMUCKER

负责任的旅行

旅游业既是东南亚的福音，也是其噩梦。小规模旅游业使当地家庭开办的小规模商业蓬勃发展，也促进了文化和环境资产的保护。从柬埔寨的吴哥窟遗址到泰国的珊瑚礁，旅游经济使人们因保护这些地方而获利颇丰。

但是旅游业也给所在国家的旅游设施和资源造成了压力。不论是因为无知还是冷漠，不负责任的旅游业可能对当地文化产生负面影响。热门旅游地的基础设施很少能满足越来越大的水、能源以及垃圾清理需求。另外，外来人对文化的无知和当地的经济不平衡，不时会在旅游目的地引发一些冲突。为了确保你的旅行对当地来说是一份礼物，而不是一种负担，记住要尊重当地人，善待当地环境，做一个有良知的消费者。

旅行提示

- **拍照前请咨询** 照相前征求同意，学会用当地语言询问“我能给你照相吗？”
- **当地消费** 在当地人开办的商铺购物。
- **做精明的消费者** 清楚东西该卖多少钱；别指望有免费的货品，但也别被骗子利用。
- **学习当地语言** 参加一门语言课程，或至少学会在你游览的每个国家如何说“谢谢”。
- **保护环境** 减少你的能源消耗量，少制造垃圾。在自然保护区轻点走路。不要购买由濒危物种做成的纪念品或食用它们的肉。
- **尊重当地文化** 遵守当地的禁忌和礼节。
- **做个明白人** 了解该国的历史、时事及社会问题。
- **回报** 在孤儿院或野生动物保护所当志愿者，或帮助学童提高英语水平。

参考网站

www.responsible-travel.org 有应对乞讨、讨价还价以及环保旅行的实用建议。

www.stay-another-day.org 这是提供搜索服务的门户网站，介绍印度支那半岛的可持续旅行活动。

www.sealang.net 提供有关东南亚语言的学术资源。

www.atimes.com 报道整个地区的新闻事件，也对新闻作分析。

www.panda.org 世界自然基金会(WWF International)网站，内容涵盖环境新闻和环境保护项目。

亮点

旅行者，Lonely Planet员工以及作者将与你分享他们在东南亚最棒的经历。你同意他们的选择吗？还是我们遗漏了你在旅行中最难忘的经历？请登录lonelyplanet.com与我们分享你心目中的旅行亮点。



JON ARMSTRONG

1

交通

这里的一切——甚至厨房水槽——都架在自行车上；一家老小、死猪、一堆堆的蔬菜，还有一箱箱的可口可乐。人们过马路总是横冲直撞，真希望他们能放慢脚步。

lonelyplanet.com 会员



长臂猿体验项目

“长臂猿体验”项目（见 386 页）是只有冒险者才会得到的乐事。在老挝北部的博胶（Bokeo），你将徒步攀上最陡峭的山，坐在一根电缆上飞越丛林，探寻黑色长臂猿的踪迹。电缆高达 200 米，长达 400 米，足以让你快乐地尖叫。晚上你将在树屋里过夜。这个项目也有助于保护热带雨林。如果你运气够好，就可以一睹野外生存的长臂猿的风采。

但要当心水蛭！

lonelyplanet.com 会员

2

吴哥窟 (ANGKOR WAT)

SEAN CAFFEY

我绝对不是一个早起的人，不过我建议所有到柬埔寨旅行的人，一定要尽量早起欣赏吴哥窟（见 96 页）的日出。一片由粉色逐渐变为绯红的天空，映衬着幽暗、若隐若现的寺庙，在池塘和护城河里形成了无与伦比的美丽倒影，唯有偶尔漂过的一朵睡莲或一条饥饿的鱼儿，在这汪宁静之上翻起涟漪。

澳大利亚旅行者 Sharyn Christie

3

ANDERS BLOMQVIST



4

长尾船

DALLAS STIRBLEY

当地渔民驾取这些装饰着花环，充满乡土风情但不失优雅的渔船，可谓得心应手。现在，试想一下你如何爬上渔船吧。多数旅行者都爬得不太轻松。

Lonely Planet 作者 China Williams



5

因莱湖 (INLE LAKE)

JULIET COOMBE

这里的生活围绕这个物产丰富的湖而展开 (见 534 页)。租一条小船, 看看渔民们单脚划船的惊人绝技, 参观湖上的吊脚楼, 欣赏农民打理他们漂浮在水上的果菜园。

旅行者 gotchagirl

基纳巴卢山 (MT KINABALU)

你一定得去 (见 472 页)! 昂贵的费用, 疼痛的膝盖, Laban Rata 的高价啤酒 (提醒: 在这么高的海拔喝得酩酊大醉可不是个好主意), 还有你那个每隔五分钟就非要停下来休息的糟糕导游, 统统忘掉这一切吧。半夜 3 点起床, 天寒地冻, 你头疼欲裂, 在黑暗中拉着铁链爬山, 在你前面就有人跌倒——把这些也都忘掉吧。旭日东升时, 万物呈现眼前, 景色很美, 不对, 应该说是美不胜收! 然后, 再到波令温泉 (Poring Hot Springs, 见 475 页) 去, 来一次私密的热水浴, 款待疲惫不堪的筋骨。那里还有廉价的啤酒呢。

Lonely Planet 员工 Steve Waters

KARL LEHMANN

6



7

下龙湾 (HALONG BAY)

MANFRED GOTTSCHALK

假如你在摇摆不定的船上睡了一夜之后还能早起, 下龙湾 (见 809 页) 之游就会留给你一个绝对难忘的清晨。在这片岛屿众多的海上, 山脉与大海相连, 船行中, 巨大的石峰扑面而来。每一处景致都美得能入画, 尤其是在晨曦中。如果你早餐爱吃米饭的话, 那么你算交上好运了。

美国旅行者 Lucy Anne Kagan



8

街头小吃

RUSSELL MOUNTFORD

神秘的肉漂浮在由草药和陌生的蔬菜煮成的汤里。有的像凝露一样，有的却很有嚼头。街头小吃摊是一种无所不在的冒险，既可以锻炼你的味蕾，也可以让你结识新朋友。练习语言。还可以花很少的钱就解决吃饭问题。

Lonely Planet 作者 Celeste Brash

麦里芝水库 (MACRITCHIE RESERVOIR)

这一片都市中的原始热带雨林(见 647 页)藏在新加坡的腹地，环抱着一个波光粼粼的水库。旅行者可以踏上各种各样的小道和木栈道，深入雨林的心脏地带，旅途亮点绝对是悬挂在 25 米高空中长 250 米的吊桥——的确。要到那儿并非易事。但当你站在吊桥中央时，雨林和下方的浓密树冠那令人惊叹的美景，将是最好的回报。

Lonely Planet 作者 Shawn Low

9

MERVIN CHUA



10

会安 (HOI AN)

CHRISTOPHER GROENHOUT

领略了西贡的喧嚣后，在会安(见 827 页)度过几天绝对是必选项目。我们骑着旧自行车开心地绕着老城区转，在 Red Bridge 烹饪学校(见 829 页)学做糯米卷，探秘不可思议的街市，在路边小食摊狂吃猪肉包。这座小城可能挤满了旅行者，但这的确有很好的理由。

Lonely Planet 员工 Blair Gatehouse

冲浪

在偏远的地方实现完美梦想，这在印度尼西亚仍然行得通。如果你已决定避开热门景点，那么你收获的将是一生难忘的旅行。对我而言，是与当地人共度的时光使冲浪成为如此特别的体验。在我的回忆中，在一次次绝美的日落之后教当地孩子在浅水海域划桨，比我经历的那些漂亮浪头更刻骨铭心。

Lonely Planet 员工 John Viner

11

PAUL KENNEDY



巴那韦 (BANAUE) 水稻梯田

想象一下比巨型邮轮还要大的一座大阶梯吧！群山被划为层层叠叠的稻田（见 594 页）——这是崇山峻岭间真正的艺术品，凝聚了无数的艰辛。

lonelyplanet.com 会员

12

RICHARD TANSON



13

孩子

JOHN SONES

东帝汶的学校放学时，你会看到孩子们无处不在（见 141 页）。他们身穿白衬衫，蓝色或棕色的裙子和短裤，挤满每一寸道路。孩子们咯咯笑着，聊着天，为偶尔经过的摩托车或小巴让道。

Lonely Planet 作者 Jayne D'Arcy

在东帝汶潜水

东帝汶首都帝力虽然距离海边很近，二者的感觉却截然不同。帝力给人的感觉像个郊区，海底世界反而像一座热闹的深海大都市。从2000年起，异国客就开始沉浸于东帝汶令人惊诧的海底世界了。而且，潜水学校越来越多，每个旅行者都能在潜水学校的帮助下到海底探秘（见148页）。

Lonely Planet 作者 Jayne D'Arcy

14

MARK WEBSTER



15

WAYNE WALTON

哈桑纳尔·博尔基亚清真寺 (JAME'ASR HASSANIL BOLKIAH MOSQUE)

哈桑纳尔·博尔基亚清真寺（见57页）不仅是朝拜之地，而且是权力、财富和仁爱的典范。这座清真寺建于1992年，以纪念现任苏丹王统治进入第25年。它融穹顶与尖塔于一体，令人目瞪口呆，是这个苏丹统治国最大的清真寺，夜晚来这里摄影绝佳。另外，主殿内用金线编织的跪毯也不容错过。这座清真寺盛大开放当日，苏丹王赐给了每位访客一张华丽的昂贵地毯！

Lonely Planet 作者 Brandon Presser



16

ANDERS BLOMQUIST

THAM KONG LO 岩洞

想象一下此情此景：在一片长7.5公里的地下世界乘一条晃悠的长尾船漂浮，周围是无边的黑暗，只有船夫的手电筒发出亮光。欢迎来到坦贡洛岩洞（见388页）！这无疑是一次最典型的印第安纳·琼斯式的探险之旅，不同的是这里没有救生衣，也没有导演大喊“暂停！”毛骨悚然了吧？这是东南亚最独一无二的景观。

Lonely Planet 作者 Richard Waters



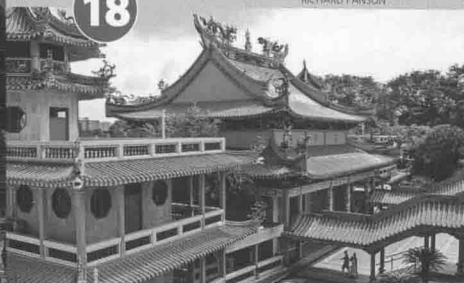
光明山普觉禅寺 (KONG MENG SAN PHOR KARK SEE MONASTERY)

宛如艾舍尔(Escher)画作中的阶梯将引导旅行者穿过这一片宏伟而宁静、散布着12种不同“景象”的建筑群(见646页)。在万佛塔内仰望,你将看见数千尊佛像的图画呈锥形镶嵌在天花板上。这里有大量色彩缤纷的龙顶佛塔,还有存放菩萨画像的众多大殿,厨房免费为所有人提供素食。午后你可以在一棵菩提树的树荫下消磨时光,据说此树的祖先是菩提伽耶(Bodhgaya)的圣树(释迦牟尼就是在这里悟道成佛的)。

Lonely Planet 作者 Shawn Low

18

RICHARD YANSON



长滩 (BORACAY)

这片海滩(见601页)是派对的天堂。在这个无比美丽的地方,酒吧在白色细沙上一字排开,海水延伸数里,就像终年处于退潮状态。除了日落景象让人啧啧称奇以外,长滩在夜里也绽放勃勃生机,一年四季旅行者络绎不绝。

lonelyplanet.com 会员

19

JOHN BORTHWICK



17

蒲甘 (BAGAN)

JOHNNY HAGLUND

一片广袤的平原上散落着数不胜数的寺庙(见549页),花一两天的时间绝不可能尽览。你可以租一辆自行车探访较近的景点,或雇一辆马车,在有限的时间内看到更多景色。

旅行者 santamonica811



传统舞蹈

在巴厘岛 (Bali, 见 233 页), 集流畅的优雅和一颦一笑的规矩于一体的舞蹈表演不可不看。在乌布德 (Ubud) 的露天棚架里拉一张塑料椅子, 来一杯冰镇的槟榔酒 (Bintang)。然后陶醉于音乐与舞蹈中吧。

Lonely Planet 作者 Ryan Ver Berkmoes

21

PAUL KENNEDY



20

白马市 (KEP)

NICK RAY

我到白马市 (见 120 页) 一日游, 目的是沙滩和海鲜。在几乎荒芜的沙滩上晒日光浴超级放松, 但真正的亮点是午餐时到螃蟹市场一游。在那里, 我看着柬埔寨妇女对螃蟹讨价还价, 之后又去一家阳台俯瞰着大海的餐厅棚屋就餐。多棒的午餐啊! 我狼吞虎咽消灭了一堆堆用贡布胡椒枝 (Kampot pepper) 炒的新鲜对虾——共才用了 5 美元。接下来打个盹儿是少不了的……

Lonely Planet 员工 Laura Stansfeld



22

曼谷屋顶酒吧

AUSTIN BUSH

的确, 在你还没来得及开始喝酒之前, 这些屋顶酒吧 (见 686 页) 就会让你大为吃惊——从边缘向外望, 整座城市位于下方, 如此遥远, 而那些通常震耳欲聋的交通噪音, 听起来像一支远方传来的交响曲。

Lonely Planet 作者 China Williams

托尼·惠勒致中文版读者

1972 年我离开伦敦，准备花一年的时间周游世界。那一年，我刚 25 岁，而我的妻子莫琳只有 22 岁。我们没什么钱，也根本没有想到这是一次多么漫长的旅程，远远超过当初预计的一年。事实上 30 多年后，我们依然在路上。

就在这条没有尽头的旅途中，我们创建了 Lonely Planet，今天它已经发展成为世界上最大的一家旅行指南出版公司。这一路我们曾经历了太多的风风雨雨，起起落落。6 个月后当我们穿越欧亚两洲到达澳大利亚悉尼时，我们的全部家当只剩下了 27 澳分（约合 2 元人民币）。但不管怎样，在这条路上我们度过了真正幸福的时光。

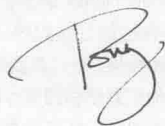
一次又一次，我们认识到旅行不仅是世界上最大的产业，同时还可以让一个国家的人民去认识另一个国家的人民。一次又一次，我们发现素不相识的陌生人对于在路上的旅人会表现出难以置信的友善和乐于助人。我们也发现自助旅行是旅行的最佳方式，这时，你不再是一个旅游团中面目模糊、毫无个性的一位，你是一个独立的个体，你所有的交流和所有的友谊，都将是由你——一个独立的人，去和另一个人直接发生联系。

此外，旅行比你想象的要容易。我只会说一点点汉语，然而我却游遍了中国，一点障碍都没有。在汽车站，会有人卖给我车票；在餐馆，会有人把饭菜摆在我面前；在旅馆，会有人帮我找房间。当你在中国境外旅游时，你会发现我所遇到过的这些事情同样会发生在你的身上。

这个世界是如此广阔，如此美丽。来吧，来感受它吧。

Lonely Planet 出版公司共同创始人

托尼·惠勒 (Tony Wheeler)



LONELY PLANET 的故事

Lonely Planet 的传奇首先源自于一次经典的探险旅行。那是 1972 年，年轻的托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇 (Tony & Maureen Wheeler) 从伦敦出发，穿越欧亚大陆到达澳大利亚。他们几乎已身无分文，在打工过程中，有很多想要自助旅行的人不断询问他们此次旅行的情况和遇到的各种问题，因此他们决定写一本旅行手册，以满足更多人的需求。第一本 Lonely Planet 旅行指南——《便宜玩转亚洲》(Across Asia on the Cheap) 是在厨房的饭桌上完成的，之后托尼和莫琳夫妇亲自到当地的书店上门推销。这本书一面世，立即成了畅销书。

接着，他们又用了 18 个月的时间重访东南亚，这次旅行诞生了第二本手册——《东南亚》(South-East Asia on a Shoestring)，后来成为同类书中最受欢迎的一本。直到今天这本书仍在销售，已经更新到 15 版，但封面一直保留着独特的黄色（当年第一版的时候，这本书在全世界被亲切地称为“黄色圣经”）。

从厨房餐桌起步的 Lonely Planet 如今已成为世界第一旅行出版商。目前，Lonely Planet 在澳大利亚墨尔本、美国奥克兰、英国伦敦设有自己的办事处，400 多名员工全都是热爱旅游的旅行者。

现在，Lonely Planet 已出版 600 多种旅行指南，涉及范围几乎覆盖全世界的每个角落。产品在 200 多个国家和地区销售，是欧洲、美国和亚洲一大洋洲地区旅行指南的首选品牌。Lonely Planet 旅行指南系列定位全球，提供准确、详细、可信的信息，书中的所有信息都是由来自 40 多个国家的 350 多名专业作者亲身到当地调查所得，并撰写成书的。Lonely Planet 旅行指南已经陪伴世界上数亿的旅行者踏上了他们的旅程。旅行者信赖 Lonely Planet，是因为 Lonely Planet 的先驱精神，因为 Lonely Planet 可以提供有深度的目的地介绍，因为 Lonely Planet 的指南十分实用，而且充满宝贵的旅行小窍门，还因为 Lonely Planet 坚定不移地保持其独立性。Lonely Planet 指南不含任何广告，它是由旅行者写给旅行者的，通过论坛和每周 1000 封的来信，它和旅行者保持着极为紧密的联系。

如今 Lonely Planet 的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇仍然花大部分时间四处旅行，并通过他们自己的公益组织——星球惠勒基金——积极地参与各类国际发展项目与工程。Lonely Planet 相信，通过负责任的旅行，包括环保的旅行方式及尊重当地文化的旅行态度等，旅行者能为他们到访的国家作出积极的贡献。他们不但能欣赏和了解这个国家的文化、野生动植物和自然风光，还可以在当地社区消费以帮助当地的经济，让旅行变成一股积极、正面的力量。

Lonely Planet 热切地期望能帮助人们走到一起，共同分享彼此的经历，丰富每个人的生活，其重点仍然放在自助游上，以便帮助旅行者亲身探索和更好地理解这个世界。Lonely Planet 从未改变当初撰写和出版《便宜玩转亚洲》时乐观、主动以及富有冒险精神的理念。正如托尼·惠勒近 40 年前所言：“当你下定决心准备出发时，最困难的时刻就已经过去了。那么，出发吧！”

如何使用本书

使用 Lonely Planet 旅行指南最让人开心的，就是你可以选择任何自己喜欢的旅行方式。Lonely Planet 相信，旅行中最难忘的经历往往是那些出乎你意料的事情，而最激动人心的发现也往往源于你自己亲身的寻觅。旅行指南不是教科书，旅行的主人是你自己。

关于内容

所有 Lonely Planet 旅行指南系列的形式基本一致。开头的章节是由专家撰写的关于目的地的历史、环境、文化等背景介绍。之后的“出行指南”提供了多方面的出行信息，如签证、货币、通讯、营业时间和住宿的选择；“健康指南”部分，关注呵护着你的出行健康；“交通指南”部分，为你的旅途提供了各种交通的信息。由于每个目的地情况各异，每本书的章节（书的主要部分）划分也有所不同，但形式是一致的。总是以背景开始，接着是介绍景点、住宿、餐饮、娱乐、购物、到达和离开，以及目的地周边的相关信息（“当地交通”）。

关于标题

Lonely Planet 旅行指南系列的标题有着严格而标准的递进结构，就像你所熟悉的俄罗斯套娃一样，一环套一环。每个标题及其所引领的下文都包含在更高一级的标题下。

如何开始使用

使用 Lonely Planet 旅行指南，并不需要从头读到尾，旅行者可以有针对性地选择重点，获取自己所需的信息。

你可以从“目录”和“索引”入手，这样可以方便地快速查看自己需要的信息。

也可以从书前的彩色地图入手，这些都是目的地的亮点，并在具体内容章节中有更详细的介绍。介绍每一个大的区域前，通常都以定位地图和另一个该地区特有的“亮点”列表作为开头。一旦你在“亮点”列表中发现感兴趣的项目，就可以利用书中提示的页码，查到更详细的描述；或者使用“索引”，寻找更详细的内容。

关于地图

地图在 Lonely Planet 旅行指南系列中扮演着极为重要的角色，每一本书中都囊括了大量有价值的地图。

地图上的图例在最后一页有说明，容易查找。同时 Lonely Planet 尽力保持了地图和文字间的联系，正文中出现的每一个重要地点都会相应地出现在地图上。利用坐标，可以很容易地找到你想找的地点。

虽然导游书中提及的内容总是带有推荐的意味，但我们不可能把所有值得推荐的好地方都列出来。没有介绍的地方，并不意味着不好，而是由诸多原因造成的，也许可能仅仅是因为不适合鼓励旅行者前往，或许这些地方需要你自己去体验与发现。