

中国科学出版集團
新世纪书局

MERIAN *live!*

梅里安旅行指南

普吉岛

(德) Klaudia &
Eberhard Homann/著
孙妍/译



邦道海滩 > 绿松石般的海洋
查龙寺 > 雄伟庄严的寺庙
攀牙湾 > 怪石嶙峋的石灰石山崖

超实用
精美地图

龍門書局

图字: 01-2011-2892 号

著作权声明

Original Copyright © Travel House Media 20xx
Simplified Chinese Translation Copyright © Science Press 20xx

Science Press published this book by transferring the
copyright of German version under license from Travel House
Media in Germany through YYG Rights Agency, Beijing.

All rights reserved.

This edition is available for sale in China Mainland Only.

图书在版编目 (CIP) 数据

普吉岛 / (德) 霍曼 (Homann, K.) 著; 孙妍译.
—北京: 龙门书局, 2011. 6
(梅里安旅行指南)
ISBN 978-7-5088-3107-7

I. ①普… II. ①霍… ②孙… III. ①旅游指南—
泰国 IV. ①K933.69

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 111923 号

责任编辑: 蔡荣海 穆莉 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 张竞 彭彭

龙 门 书 局 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

北京天颖印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011 年 7 月第一版

2011 年 7 月第一次印刷

开本: 32 开

印张: 3.75

字数: 65 000

定价: 29.80 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

MERIAN *live!*

普吉岛 Phuket

(德) 孙妍 ◎著
孙妍 ◎译

龍門書局



目 录

欢迎来到普吉岛

4

10 MERIAN十大必看精华景点

绝佳景点，不容错过.....6

10 MERIAN小贴士

向你展示普吉岛不为人知的另一面.....8

普吉岛资讯

11

住宿.....12

餐饮.....14

绿色出行.....18

购物.....22

节日庆典.....24

运动休闲.....26

聚焦——魅力潜水.....30

全家出游小贴士.....32

◀ 图为濒临灭绝物种保护区里的长臂猿 (►P.19)。

玩转普吉岛 35

北部和西部海岸	36
南部和东部海岸	64
普吉镇	76

北部和西部海岸

徒步与郊游 87

发现不为人知的普吉岛	88
攀牙湾	90
皮皮岛小舟之行	91
首都曼谷	93

普吉镇及
周边地区

南部和
东部海岸

普吉岛指南 95

概况	96	餐饮泰语	102
历史	98	出行实用信息	104
英语常用词汇	100	普吉岛地图	113

✿ 地图

普吉岛和攀牙湾	封二	皮皮岛	92
普吉镇	封三	普吉岛地图	113
邦道	43	文章中出现的坐标请参阅地 图	
芭东	53		
卡塔/小卡塔	61		



欢迎来到普吉岛

金色的沙滩，清澈的海水，美丽的日落，还有丰富多彩的娱乐活动在这里迎接着你的到来！

位于泰国南部的普吉岛能满足人们长久以来对热带天堂的所有幻想。“南部的璀璨明珠”和“安达曼海（Anda manensee）的珍宝”都是这座小岛的别名。每年都有成千上万的游客渴望来此度假，享受这里的宁静安详。

天堂中的愉悦

喜欢沙滩的人可以在普吉岛享受绵延的白色沙滩，如水晶般透彻的海水，还有那棕榈树下的阴凉。普吉岛同样是水上运动爱好者的乐园，游客可以在这里

体验冲浪、帆船、快艇或是驾驶水上摩托驰骋在安达曼海上所带来的快感。除了水上运动，游客还可以探秘水下世界，与海洋生物亲密接触。自然爱好者可以在公园、农场或是深受欢迎的考帕泰奥国家公园（Khao Phra Thaeo National Park）的热带雨林园区中发现种类繁多的热带动植物，尤其在那些降水量充沛的地方，人们还可以见到很多热带独有的动物物种。陆地运动爱好者也能在这里找到他们钟情的运动：不管是高尔夫、网球、骑马（或是

◀ “Wai”是泰国传统的问候方式，这种问候方式不仅仅态度端庄，而且还显得彬彬有礼。

骑象），还是蹦极、攀岩等。在普吉岛上的奇妙感受用泰语中的“sanuk”一词来概括再合适不过了，意思是“美妙，快乐”或是“生活的乐趣”。在这座小岛上度假生活的乐趣无处不在，海滩边上的酒吧、迪厅，还有十分“著名”的Go-Go Bar不计其数。这种通宵达旦的夜生活正是人们纵情生活的最好诠释。

僧侣与神明

在享受这些现代娱乐活动的同时，人们可能会认为，在这里鲜有机会了解传统艺术与文化，但事实却恰恰相反，文化总是和宗教文明有千丝万缕的联系。普吉岛上的宗教（更确切地说是各种信仰）是人们日常生活中不可或缺的一部分。在这里你不仅能看到佛教的庙宇、穆斯林的清真寺，还可以一睹天主教的教堂。宗教的建筑通常都很不起眼，甚至被灌木所遮盖——就像奈洋海滩（Nai Yang Beach）上的清真寺。但也有一些被修筑得很宏伟壮观，如访客众多的查龙寺（Wat Chalong Tempel）。

僧侣的身影在普吉岛上随处可见，他们不仅生活在寺庙中（泰语中称为“Wat”），还出现在日常生活中的各个角落。因此，当你在一群人中看到亮橙色

的僧袍时不要感到惊讶，这可不是什么稀罕事。僧侣在泰国社会中的地位是很高的，他们一直都受人尊重。僧侣们非常热情，喜欢与人交谈，这种谈话在泰语中称为“farang”，当然僧人们都是和那些开明、有礼貌并且友好的游客交谈。更多详情请参阅后面的章节“微笑的国度”。

宗教在泰国人的日常生活中占据很重要的位置，这不光体现在恢弘的寺庙建筑上，还可以从酒店的一些设施中看出其重要性。在普吉岛上的任何角落都或多或少的有一些引人注目的建筑，并且那里供奉着祭祀的贡品和香火。这种小庙（泰语中称为“San Phra Phum”）给鬼神提供容身之所，这样他们就不会去打扰在度假中的游客了。

Wai——泰国传统的问候方式

在泰国人们不光敬奉神灵，同时也很尊敬他人。“Wai”这种传统的问候方式将泰国人的谦逊体现得淋漓尽致。当两个地位相当的人互相问候时，会将双手合十，举至胸前，同时保持头部直立；当向地位尊贵的人问候时，会将双手合十后最高举至额头处，同时还要低头。这个动作游客可以先自己练习一下，到时就不会出错。当然这个动作是一定要配以微笑的，这同样也是Sanuk的一种体现。



MERIAN十大必看精华景点

MERIAN向你展示这个岛屿的精华景点：这些都是普吉岛之行中的经典，绝对不要错过。

1 考帕泰奥国家公园

这里有世界上保护最完好的热带雨林区，壮美的瀑布也是不容错过的景点（► P.20）。

2 泼水节 SongKran

这是一个全民出动的节日，泼水是其中一项必不可少的宗教仪式（► P.25）。

3 邦道海滩 Bang Tao Beach

这里是小岛最美的海湾，最棒的酒店就坐落于此（► P.29, 43）。

4 苏林海滩 Surin Beach

一处安静的海滩，渐渐向北与Pansea海滩相接（► P.29, 48）。

5 攀瓦角的普吉岛水族馆 Phuket Aquarium, Laem Panwa

在这里不用担心全身被弄湿，就能亲身体验生动逼真的热带珊瑚（► P.33）。

6 芭东的塔威旺路 Taweewong Road, Patong

每晚这条街道都会变成一个喧闹的大集市（► P.49, 53）。



9

7 蓬贴海岬

Laem Promthep

闪烁的红日余晖最终隐没在了海平面上——这样的日落美景每晚都在普吉岛最南部的岬角上演 (► P.66)。

8 拉查岛

Ko Raya

乘船出游去天堂般的海滨，在那你绝对不能错过一次潜水之旅 (► P.75)。

9 查龙寺

Wat Chalong

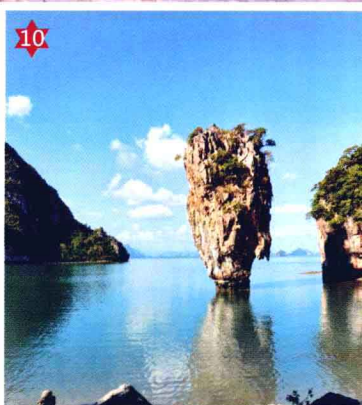
到处都是叩拜的信徒，贴有金箔的塑像和缭绕的香火 (► P.75)。

10 攀牙湾

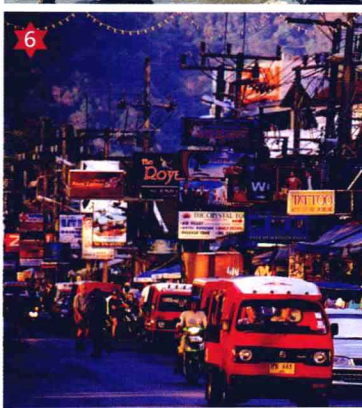
Ao Phang Nga

茂密的红树林，高耸的石灰岩山崖造就了这里无与伦比的海湾美景 (► P.90)。

10



6





MERIAN小贴士

MERIAN带你深入挖掘普吉岛的精彩：亲临小岛，发现并体验最纯正的当地生活。

- 1** Pansea海滩的安曼普里度假村
Amanpuri Resort, Pansea Beach
如果你想体验明星般的住宿环境，来到宁静的Pansea海滩会是不错的选择（►P.13）。
- 2** 普吉镇素食节
Vegetarisches Festival, Phuket Town
普吉镇素食节上的表演时而充满异域风情，时而滑稽怪诞（►P.25）。
- 3** 小卡塔的骑象旅行
Elefarten-Trekking, Kata Noi
一次与众不同的骑行体验：不是骑马，而是在大象背上欣赏沿途风景（►P.27）。
- 4** 在邦道体验茶馆
Teehausbesuch, Bang Tao
在参拜清真寺之后，你可以像穆斯林人那样走进一家茶馆静静地享受茶水和甜饭（►P.42）。
- 5** 邦道的安达曼贸易中心
Andaman Trade Center, Bang Tao
在这里你可以买到普吉岛自产的珍珠或其他饰品（►P.44）。
- 6** 邦道海滩的普吉岛环行骑马俱乐部
Rhuket Laguna Riding Club, Bang Tao
以不一样的角度感受小岛的秀美风光（►P.45）。



2

7 苏林海滩上的柠檬草餐厅
Restaurant Lemongrass,
Surin Beach

这里有改良后的传统泰式菜肴，
适合欧洲人的口味 (►P.49)。

8 Restaurant Kajok-See
在美食界享有盛誉的Kajok-See饭
店，值得你前去尝试 (►P.80)。

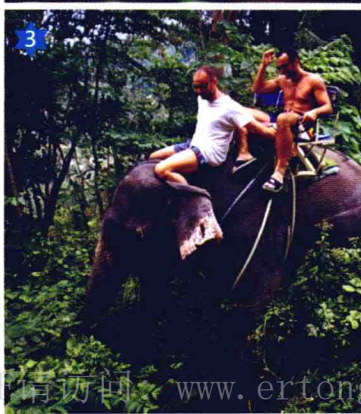
9 普吉镇的腰果生产厂
Cashewnuss-Fabriken. Phuket
Town

在这里你可以了解普吉岛自产坚
果的收获和加工过程 (►P.83)。

10 兰轩海港
Laem Hin Harbour
这里有众多移动着的“饭店”，
人们在此可以享受到新鲜且货真
价实的海鲜美味。 (►P.84)。



9



3



位于小卡塔海滩的普吉岛卡他泰尼海滩度假村（Katathani Phuket Beach Resort）（►P.19）享有“环境最佳”的美誉，在这里你将欣赏到醉人的美景。



普吉岛资讯

配有独立泳池的高级度假村，货真价实的美味餐馆，丰富多彩的夜生活，还有天堂般的购物感受——普吉岛一年四季都欢迎你来做客。



住宿

无论是高级宾馆中的奢华感受还是棕榈叶搭成的小茅屋中的简单体验，这里总有合适的价位能够满足你的要求。

◀ 位于Pansea海滩的安曼普里度假村 (►MERIAN小贴士, P.13), 其服务人员似乎通过眼神就能看出游客的需求。

在普吉岛最实惠的住处就是那种简易平房, 它们一般是用木头或竹子搭建而成, 房顶用白铁皮或棕榈枝叶覆盖。房间里除了一张大床外 (两个人足够), 一般就只有几把椅子、一张桌子, 可能还有个柜子和一台电风扇。住处会提供蚊帐, 不过要在使用之前检查一下有没有破洞, 最好是能带上自己准备的蚊帐。厕所和浴室基本都是中等标准的, 但也有条件比较差的地方, 如果连这样的标准也达不到, 住起来也就没那么舒服了。

不同的价格有不同的住宿感受

旅馆和度假村能提供更好的住宿服务。普吉镇上价格便宜的住处条件也只能比海滩边上的简易平房好点, 至少每间房间配有一台空调。海滩边的酒店标准视价格而定, 大多数房间都布置得富有情调, 配备基本设施如空调、独立浴室, 电视和电话。一般这样的住处都会有自己的游泳池, 另外还会有一个水上运动中心或健身中心。

在那些价格低廉的住处, 费用中一般都包含了一顿简单的早餐, 而与之对比的是大

NERIAN小贴士

1

安曼普里度假村

AMANPURI RESORT

► P.43, a2

这座位于Pansea海滩的高级度假村小巧精致, 总共有40间传统泰式风格的平房, 在这里每位房客都会有一名专属的服务人员随时恭候。另外, 你还可以在这里尝试各种运动。

📍 Pansea Beach; ☎ 076/32 43 33;

🌐 www.amanresorts.com;

🏠 40栋平房

型酒店提供的豪华丰富的自助餐, 这些规模宏大的自助餐都是物有所值。当然你如果不想吃这么多且这么贵的话, 也可以自己点餐, 比如来一份“欧洲大陆式早餐”(包括咖啡、面包、配黄油和果酱)。

无论什么样的住处, 临时预订的话都会很贵。当前的房间价格也只是你讨价还价的基础, 一般不会有很大的变动。不管在何地, 不出什么意外情况的话, 酒店住宿总是会有一定折扣的。

高级私人客房或别墅需要预订几周或几个月的, 首先游客要确保租住的地方环境良好, 也就是说你最好到要预订的酒店视察后再订房间。

其他推荐的酒店和住处信息详见

►玩转普吉岛

标准间价格(含早餐):

€€€€ 4000泰铢起 €€ 1000泰铢起

€€€ 2500泰铢 €1000泰铢以下



餐饮

新鲜的蔬菜和多样的香料造就了泰式料理精细浓郁的口感，也使得泰式料理成为世界美食中的经典。

◀ 为游客奉上的不仅有新鲜的椰汁，还有一个热情的笑脸。

几乎到这里的每位游客，最晚在吃过第一顿饭之后就会无例外地都会发现：普吉岛令人惊奇的不光包括鳞次栉比的寺庙、棕榈树成排的优美沙滩、带有民俗风情和传统特色的鲜艳服装，还包括多种多样，口味丰富的美食。

品种繁多的异域水果

像很多热带地区一样，普吉岛也盛产各式各样的热带水果：香蕉、芒果、凤梨、木瓜、榴莲、红毛丹等，一应俱全。你可以直接清洗干净享用整个果实，或者把它们切成形状各异的水果丁，淋上香甜浓郁的沙拉酱，在饭后或是下午茶时间悠然享用，还可以将它们现榨成果汁，清爽美味又方便。在集市上与商贩讨教，便能学到很多实用的生活小常识，例如，如何打开那些你不熟悉的水果（比如如何敲开红毛丹那多毛的果壳），然后静静地享受美味，但可不要被这些琳琅满目的热带水果搞得不知所措哦！

小心辣

在泰式料理的烹饪过程中很少用到油脂。新鲜的蔬菜和刚刚捕获的鱼（pla）或是其他肉菜一般搭配着米饭（khao）或者面条（mee）供应。这种菜

式一般叫做咖喱饭（kaeng）。烹饪过程中要用到多种的香料，首先就是咖喱，而且要放很多。这对于很多人来说，口味上可能比较难适应，因为咖喱不仅味重而且辣，有时甚至会辣到出汗。不过，对于那些喜爱吃辣的游客来说，这不失为一大挑战。这来自异国他乡的“辣”或许有另一番风味。

为了中和辣，厨师经常会在烹制菜肴的时候加入一些椰奶，或是辣菜搭配着椰奶一起供应，但许多游客的经验表明，缓解辣味的效果并不明显。

随处可见的调味料“nam pla”，在泰式料理中经常代替盐来使用。它是用不同的香料配合发酵的鱼调制而成的。螯虾、小虾（goong）、墨鱼（plamueg）和各种蟹都能在菜单上的海鲜菜肴一栏中找到，它们一般都被养在饭店门口的大玻璃缸中，这样食客就能随时享用最新鲜的食材了。

各地美味汇聚一堂

正如普吉岛的游客来自五湖四海一样，这里的菜肴也是汇聚了世界各地的美味。这里有维也纳小肉排、卡塞尔熏腌肉、酸黄瓜、比萨、肉酱面还有羊角面包，汉堡包以及墨西哥卷饼和玉米饼。

亚洲美食有来自马来西亚的美味肉串（saté）配糯米饭。除此之外还有来自中国的美