



全球华人领路游世界丛书
DESTINATION LONDON

阿健大叔 著

伦敦 说明书

上海科学技术出版社



全球华人领路游世界丛书
DESTINATION LONDON

伦敦 说明书

阿健大叔 著

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

伦敦说明书 / 阿健大叔著. —上海: 上海科学技术出版社, 2018.7

(全球华人领路游世界丛书)

ISBN 978-7-5478-4067-2

I. ① 伦… II. ① 阿… III. ① 旅游指南—伦敦
IV. ① K956.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 140881 号

印装监制: 朱国范

美术监督: 陆金淳

标头题词: 耀 松

标头设计: Hugh Goodwin

专题摄影: 阿健大叔、Hans Fonk

照片补充: 英国旅游局

丛书策划: 未济洋文化、行星文化

OceanWiki



伦敦说明书

阿健大叔 著

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行

上海科学技术出版社
(上海钦州南路71号 邮政编码200235 www.sstp.cn)

上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/32 印张 7.5 插页 4

字数 300千字

2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-4067-2/K·28

定价: 68.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向工厂联系调换



勇智毅
寻找男人的
细节 P98



杨小禹
看对剧目
选好座位
P44

目录 Contents

迎面遇见好时光	9
伦敦: 多元文化主义都市	10
伦敦 12 大必游览	22
值得选购的 12 种物品	24
伦敦 12 种旅行体验	26
伦敦 12 个游览区	68
伦敦附近的一日游	224
生存指南	230



全球华人领路游世界丛书
DESTINATION LONDON

伦敦 说明书

阿健大叔 著

上海科学技术出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

图书在版编目(CIP)数据

伦敦说明书 / 阿健大叔著. —上海: 上海科学技术出版社, 2018.7

(全球华人领路游世界丛书)

ISBN 978-7-5478-4067-2

I. ① 伦… II. ① 阿… III. ① 旅游指南—伦敦
IV. ① K956.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 140881 号

印装监制: 朱国范

美术监督: 陆金淳

标头题词: 耀 松

标头设计: Hugh Goodwin

专题摄影: 阿健大叔、Hans Fonk

照片补充: 英国旅游局

丛书策划: 未济洋文化、行星文化

OceanWiki



伦敦说明书

阿健大叔 著

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行

上海科学技术出版社

(上海钦州南路71号 邮政编码200235 www.sstp.cn)

上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/32 印张 7.5 插页 4

字数 300千字

2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-4067-2/K·28

定价: 68.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向工厂联系调换

伦敦是一个有生命、能呼吸、有报复力、具有破坏力的活物。当你走在伦敦的人行道上，请放轻脚步，因为你是走在他的皮肤上。

——彼得·阿克罗伊德《伦敦传》

序

Preface

这是一本专为即将出访伦敦，
或正在伦敦旅行度假的朋友准备的超级指南书。

本书记录着名城伦敦的一切，以及你可能错过的各种好信息。你将在阿健大叔及伦敦各路华人华侨的引领下，避开熙熙攘攘的人流，独辟蹊径地领略和发掘当地多姿多彩，却鲜为人知的方方面面。

2016年，据统计，当年约有26万中国游客到访英国，并在当地消费了约5亿英镑。调查显示，伦敦位列当年中国游客最喜爱的出境游城市第三位，也是中国游客消费最多的十大城市之一。国人到访伦敦主要是为了观赏世界级的风景名胜、体会优雅的英式风情、体验丰富的文化生活，并享受英镑兑换率走低带来的购物成果。

《伦敦说明书》是全球华人领路游世界系列继《英国说明书》热销后，闪亮登场的又一本关于英国旅行的专著，它呈现了更为细腻、详致的伦敦旅行所需的各个方面。它不是在电脑前用复制粘贴完成的旅行书，也不是不顾及国人需求，由老外挥洒而就的旅行指南。“全球华人领路游世界”系列丛书是专对中国人胃口，有作者多年亲身体验，也有当地华人掏心掏肺的独家推荐，并契合不同预算要求的旅行指南丛书。循着本系列“生动阅读，专业行走”的调子，你会轻巧地窥得目的地概貌和风土人情，熟练地掌握游览攻略和线路，还极有可能在旅途中获得情感碰撞，以及心灵激荡。

“全球华人领路游世界”系列的《曼谷说明书》《东京说明书》《柬埔寨说明书》即将陆续出版。

声明 编著者在编著本旅行指南的过程中，竭尽全力确保内容准确无误，但仍有可能存在疏漏或错误。我们在此声明：本书的编著者和出版单位不能为此类疏漏和错误承担任何责任，但在重新印刷和出版时，我们会酌情修改。阅读者和使用者在实施旅游行动前，请务必向相关部门、机构或服务方（如签证中心、航空公司、机场、景点、餐馆等）确认及更新相关信息。

作者 阿健大叔

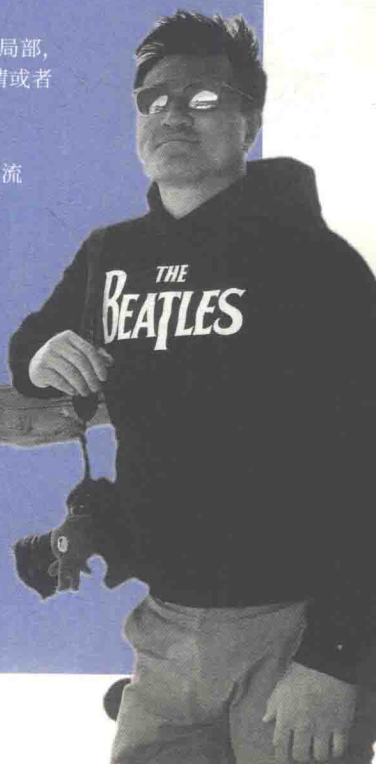
旅行家、传媒人。他说：“旅行如同访谈节目，就是到处找人聊天。”为便于交友和防身，他学会了空手道、爵士鼓和几道像模像样的拿手菜。在工作和旅行的双轨制里，他神奇地掌握了两种“货币”——时间和移动，经常能实现“迷你(Mini)退休”。迄今，大叔已健行了5大洲50多个国家和地区。

他曾于英国就读、工作及生活，也曾在柬埔寨当义工，教授当地华人子弟中文、英文和电脑技术。做义工期间，他还不幸罹患过可致命的登革热。泰国是他人生的第一个出境游目的地，那时他还不是大叔，一踏上这片土地，竟突然爱上了那里的空气、土地和水，也被当地淳朴的民风所感动，接着他鬼使神差般地来回走了不下20趟，并结交了不少当地朋友，他最喜欢的泰国城市便是曼谷。

“旅行刚开始就是‘瞎子摸大象’，虽然每次只摸到一个局部，但把许多局部拼起来，就能生成一个整体——一件事情或者一个地方的全貌，往往就是这样成形的。”

“曾经过于执著于旅行而被教授赶出课堂，旅途中竟遭遇流寇抢劫，还被贪腐的警察请进局子”，往事总是不堪回首却又难以放下。对阿健大叔而言，写这一系列旅行书的过程，就是精致重温当年经过的街巷和山海，以及遇过的气象与人事。

微信 华人领路游世界
微博 华人领路游世界
邮件 uncle.aj@qq.com



华人领路



王若佳

游荡于
古往今来
P40



玉川

伦敦 48 小时
经典游 P66



沈恺

在伦敦的酒馆
尝“鲜” P50



李建勋

找对餐厅
享受美食
P30



陈鹏

顺流而下
逆流而上
P36



张兰天

不夜之城，来这里
P54



勇智毅
寻找男人的
细节 P98



杨小禹
看对剧目
选好座位
P44

目 录

Contents

迎面遇见好时光	9
伦敦: 多元文化主义都市	10
伦敦 12 大必游览	22
值得选购的 12 种物品	24
伦敦 12 种旅行体验	26
伦敦 12 个游览区	68
伦敦附近的一日游	224
生存指南	230





迎面遇见好时光

Ethical Hedonist

我们来看风景、逛街、尝美食、拍照、认识新朋友，但不会打搅当地人。我们会每天把微笑挂在脸上，主动向人问候：“Hi!”

我们很清楚：不会在公共场合大声呼朋唤友，叽里呱啦；不会随地吐痰，哪怕只是小小一口；不会随意插队，因为大家的时间都宝贵；不会在古迹上涂鸦，留下“到此一游”；看演出从不迟到，万一迟到也会悄悄入场；不会在“禁止吸烟”的指示牌下吞云吐雾；更不会在明知犯错后，还为了面子据“理”力争。

我们也很清楚：赴约或看戏提前5分钟到场，并穿着得体；吃自助餐不是打橄榄球，不能争先恐后，也不会迫不及待地一拿一大盘；吃汤面时不会发出“马达式的轰鸣”，即使日式面馆很流行这样做；一同进餐的人如果不愿举杯“一口闷”，我们不会强求；遇到好的服务，不会忘了给小费。

我们已经意识到：肆意“搜集”植物和动物样本会破坏当地的环境；对当地的美景、好人、好事表示由衷赞叹是自信和友好的表现；当地人没给我们好脸色看，很可能是之前的游客让他们感觉不佳。

马上就会遇到的不一样

一下飞机，满眼都是“米”字旗；移民局官员说的英式英语比你学习时遇到的快了一倍；车都靠左边行驶，而不是我们习惯的右侧；过马路时，需要先看右侧，而不是左侧；当地餐桌上永远都有土豆，如煎土豆、炸土豆、炒土豆、煮土豆、拌土豆泥等；即便食物非常糟糕，他们（她们）竟然还身着晚礼服，温文尔雅地对付着“可怜”的晚餐；这里用的不是人民币，而是英镑（Sterling Pound），计重量用磅（Pound）而不用公斤，计体积用品脱（Pint）而不用毫升或升，量距离用英里（Mile）或英尺（Foot）而不用公里或米；更搞脑筋的是，英国人说的1楼其实是我们说的2楼——大堂（门厅）只能算底楼，真正有房间的2楼才能算作1楼。

伦敦：多元文化主义都市

不少人说，错过伦敦，会是终身遗憾——
这应该不是“危”言耸听——
到过的人能明白，事实就是如此。



伦敦，要传统有传统，要时髦有时髦，还汇集了五花八门、高水准的文娱和体育活动，正如作家塞缪尔·约翰逊（Samuel Johnson）所说，“如果你对伦敦失去了兴趣，你就对生活失去了兴趣”。在这里待上两三个月，除了白天的各种游览和参观，你也完全不必担心每晚的活动会重复，何况其中很大一部分完全免费。

这里经常风和日丽、白云悬空。超现实主义摩天大楼与历史建筑、树林绿野在此相依相衬，不仅高级餐馆、购物商店林立，博物馆、剧院、影院等文化场所更是星罗棋布。漫步在伦敦街头，很难想象，这里曾经“毒空气”弥漫、污水横流。19世纪后的百年时间里，英国成功倚仗工业革命和对外扩张，完成了资本积累，并逐步攫取了政治、经济、人文、娱乐、科技发明等各领域的卓越成就，伦敦也在新一轮又一轮重建计划中脱胎换骨。

作为国际化程度最高的移民城市之一，这里每天回荡着 300 多种语言。与纽约的移民多为普通大众不同，伦敦注重吸纳高级知识分子和珠光宝气的富豪，移民中精英人口的比例逐年升高——移民们带来了多元的种族、宗教和文化，也为这个欧洲最大的城市塑造了魅力非凡的多元文化主义。

简介 伦敦是英国(大不列颠及北爱尔兰联合王国)的首都,北京的友好城市,世界上最大的国际外汇市场,国际保险中心,还是拥有银行最多的城市及欧洲最大的经济中心。伦敦股票交易所是世界四大股票交易所之一。伦敦被称为创意之都、时尚之都

位置 英格兰东南部,跨泰晤士河下游两岸,市中心距河口88公里

面积 1579平方公里,略小于北京

人口 约876万,其中华人约60万

语言 官方和通用语均为英语。威尔士北部使用威尔士语,苏格兰西北高地及北爱尔兰部分地区仍使用盖尔语。移民及其后裔之间使用原籍语言或母语交流

气候 温带海洋性气候,终年温和湿润,多飘雨。1月平均气温为2~6℃,7月为13~22℃,每年3月至6月最为干燥,1月最为湿润

时差 8小时。实行夏时时制,与中国时差为7小时

换算 1英镑=10.12元人民币(约);1磅=0.453公斤;1品脱=473.18毫升;
1英里=1.6093公里

电压 230伏

插座 英式方孔三眼插座(需要转换插头)

紧急求救电话 999



注:以上为伦敦市长办公室2015年统计数据。

不以高楼 为豪的城市

如果要在“欧洲最大的城市”找美国式的高楼建筑群，抱歉，非常不容易。伦敦人崇尚隐私至上和恬静安宁，即便像克里斯托弗·雷恩（Christopher Wren）这样受到各阶层尊重的建筑大师，当年都未能说服伦敦人接受他的方案——在“伦敦大火”后，将伦敦重建成巴黎那样——拥有巨大广场、宽阔林荫道、宏伟楼房的样子。

伦敦人的历史遗产价值观也阻挡了美国“群居高楼”模式的本地化发展。不论贫富，伦敦人一般会选择安身在小街小巷之中，忙碌一天后，就一头钻进自己的小楼，在不与别人合用的私人空间里享受自在。他们绝不以楼房的高度为荣，难怪20世纪七八十年代，码头区几栋玻璃幕墙装饰的先锋高楼拔地而起时，会被知名评论家斥为“审美匮乏”。

大伦敦和 小伦敦

总体来说，大家谈到的“大伦敦”（the Greater London），包括了32个伦敦地方行政区（borough，又称自治市）及伦敦金融城（the City of London），总面积约1 579平方公里（略小于北京），大约是 M25环城公路以内的地区。而“小伦敦”，狭义来说，就是指这个首都的最中心区，即伦敦金融城和西敏城（the City of Westminster，又称威斯敏斯特城）两个部分，前者由古罗马人建立，后者则是在法国诺曼人推动下开发的，这两个部分加起来约为24平方公里。



12 个对 伦敦的误解

1. 伦敦是英格兰文化的代表。

答：在伦敦找经典的英格兰文化很难，真正的英格兰文化应该去伦敦以外的乡间体会，伦敦的特色在于多元文化。

2. 伦敦是雾都。

答：从18世纪工业革命开始，伦敦便饱受雾霾的困扰，1952年的“伦敦烟雾事件”更导致当地4 000多人死于非命。1956年“清洁空气法案”出台后，历经几十年的综合整治，伦敦终于摘掉了雾都的帽子。现今，伦敦空气清新，鲜有雾霾。

3. 伦敦也是雨都。

答：伦敦的确经常处于飘着雨的状态，可能“心情”一不好就会淅淅沥沥地“哭”上一阵子吧。难怪伦敦人打招呼时常会提及天气。不过，究其全年的雨量，倒实在不多——伦敦不仅比不上巴黎、罗马和阿姆斯特丹，还是全英最干燥的地方，近年来更是严重缺水。

4. 伦敦发生过恐袭和骚乱，应该很乱，很不安全。

答：2016年的多项调查表明，无论是当地人还是游客对伦敦的“安全性”给予了肯定判断。从数据看，2016年，英国入境游人数达3 730万人次，同年年底游客人数又创新高，10月至12月达320万人次，较上年同期增长了11%。英国稳定的安全状态归功于其治安体系相对完善、监控设备齐全（仅伦敦就有50多万个监控摄像头）、警察执行力强等。一般来说，伦敦市中心，特别是“小伦敦”的治安情况良好，刑事案发率远低于巴黎、罗马、马德里等地。不过，游客对伦敦可能突发的恐袭和骚乱依旧需要提防（安全注意事项，P236）。

5. 泰晤士河有点脏啊。

答：泰晤士河曾经受到过重度污染，并一度成为霍乱爆发的祸首。后来经过长期的科学治理，其绝大部分河段的河水达到饮用水标准，河里生存着百余种鱼类，有金鱼、大闸蟹，以及对环境敏感的鲑鱼，甚至还有海豹和海豚等哺乳动物出没。如今你看到的泰晤士河发黄，并不是污染物沉积，而是泥沙等沉淀物导致的（P35）。

6. 向当地人问路，他们却洋洋洒洒地回答成一篇文章，是他们太闲了，想找人多聊会儿天吧。

答：在伦敦问路，只要你礼仪得当，当地人一定会耐心而细致地解答。不过，有时他们的解答因过于细致，而让人停也不是、走也不对。他们不仅给你一个方向，还将你可能遇到的各种情况的细枝末节解释得完完整整。比如：“向左转2个弯，再向右转3个弯，你会看到一个长着绿草红花的交通圆环，它的北面有个维多利亚时代的酒馆，酒馆的招牌上有海盗和锚，过了这家酒馆就是你要找的酒店，不过酒店好像已经关门了。”一旦遇到如此洋洋洒洒的解答者，他们（她们）肯定是基于自己在英国生活的思维逻辑，并且已经把你当成自己同类人了，除非你急着赶路，否则一定要微笑着听人家讲完，并复述要点、道谢后才离开。

7. 还不是因为闲呢，瞧，他们排队排得老长，还照样若无其事，不是闲得没事干，是什么？

答：大多数情况下，这些耐心等待的人并非无所事事，非常有可能老婆孩子正在家里等得双脚跳呢。伦敦人等候的耐心和耐力之强超乎想象，这其中包含了对规则的认可。他们通常认为“等待并毫无怨言应该是约定俗成的礼仪和秩序规范”“要是着急，干嘛不早点出门？”“这就是绅士风度和淑女气质的具体展示”“公共场合气急败坏要比实际利益受损更糟糕”。