



玩转地球

非常泰国

请注意，三万元竟然可以自助玩泰14天，还能到丛林里骑大象、金碧辉煌的佛寺礼赞古文明，甚至去市集大尝辛辣绿咖哩。这一切，统统可以一个人自助行。速翻《非常泰国》，书中有“非常”泰国的风情呈现，也有“非”平常泰国跟团游的新鲜玩法，绝对实用！文字、摄影 谢明蓉

曼谷VS.清迈酷游笔记

เชียงใหม่



中国旅游出版社

责任编辑：高 瑞

责任印制：冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

非常泰国 / 谢明蓉 著. —北京: 中国旅游出版社,
2007.1

ISBN 7-5032-2963-2

I. 非... II. 谢... III. 旅游指南—泰国 IV. K933.69

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 109418 号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2006-3093

书 名: 非常泰国

作 者: 谢明蓉

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编: 100005)

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

发行部电话: 010-85166507 85166517

制 版: 北京中文天地文化艺术有限公司

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京翔利印刷有限公司

版 次: 2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 10

印 数: 1—6000 册

字 数: 165 千

定 价: 32.00 元

I S B N 7-5032-2963-2/K · 1090

版权所有 翻印必究

如发现质量问题, 请直接与发行部联系调换

本书由台湾宏硕文化事业股份有限公司授权出版



非常泰国

曼谷 VS. 清迈酷游笔记

谢明蓉 著

中国旅游出版社

写在前面

只想找一个安静的地方，休息一下 005

Part 1 准备旅行吧！

一个人玩泰国之必要 008

快速扫描泰国旅游热点 011

精打细算旅费篇 012

倒计时！90天行前准备 014

Miss H的旅游信箱 018

Part 2 泰游笔记

泰风格，正流行 028

01 娇艳的热带植物 030

02 泰国分筋错骨手 032

03 EQ 最高的人民 034

04 泰国的铁马经验 035

05 不可触犯禁忌 036

06 泰国的和尚文化 038

07 旅行的三不政策 039



Part 3 泰古典美学

佛像造型美学 042

01 佛寺的建筑元素 044

02 泰慈悲的形貌 046

泰北古文明散步 052

01 素可泰历史公园 056

02 西撒去纳莱历史公园 062

03 阿育塔亚游古寺 066

Part 4 天使居住的城市——曼谷

曼谷的玩法 072

01 金碧辉煌大王宫 078

02 曼谷最美玉佛寺 080

03 城市之柱求平安 083

04 到卧佛寺按摩去 084

05 有求必应四面佛 086

06 超丰富国立博物馆 087

07 暹罗广场逛街去 088

08 饭店大道无线电路 090

09 泰吉祥动物图腾 092

10 恰都恰周末市集 094

11 当能沙朵水上市场 096

12 泰王青睐的度假胜地 098

Part 5 开在北方的玫瑰——清迈

清迈的玩法 106

01 骑单车漫游古城 112

02 住游清迈享悠闲 122

03 泰贴山朝圣之旅 126

04 到深山徒步旅行骑大象 130

05 泰之家烹饪教室 138

06 超缤纷伞村之旅 142

07 最顶级四季饭店 145

Part 6 旅行的味蕾

辛辣乐园 148

01 泰国小吃大会串 152

02 街角的面店 156



【写在前面】

只想找一个安静的地方，休息一下

很难找到像泰国这样完全适合一个人旅行的地方，治安好、旅游资源充沛、消费平实、人民友善，我非常享受在泰国旅行的时间，那是真正的“放空”。如果以我在台湾的经历，那泰国的岁月真可以称得上是无所事事，闲散到我愿意跟路边拉客的出租车司机、卖椰子的欧巴桑、夜市里的棉布纱丽小贩哈啦杀价，并当成是生活的一部分，唯一的缺憾是，一个人比较提不起精神去高级餐厅品尝大餐，还好，我以街头巷尾的国民小吃填补食欲。

总之，一生当中，可以自由地、单独地、自以为孤独地到异地旅行，绝对是难得而珍贵的；而泰国，我非常真诚地建议，泰国真的是一个不错的地方。

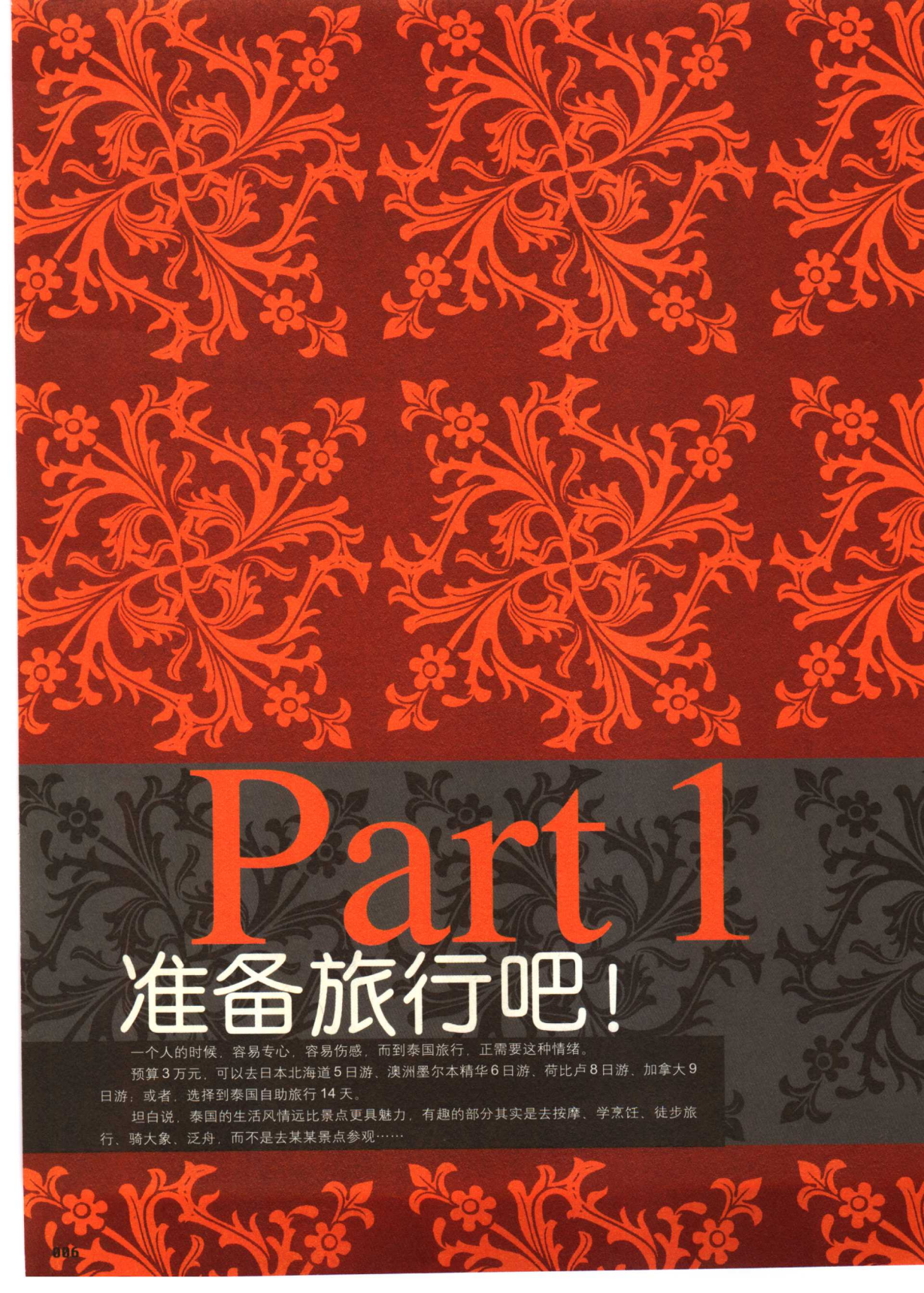
我去过泰国数次，深刻地体察，比起一群人被巴士载着去参拜特定的景点、购物点、高级餐厅、高级饭店来说，一个人不羁地漫游实在是快乐数百倍。

比起南方的普吉岛、苏梅岛之类的海滩我偏爱断壁残垣；偏爱古老岁月走过人类文明的沧桑；还偏爱徒步旅行，于是，这一次把泰国历史上重要的古城都走过了，一路参拜了素可泰王朝、兰那王朝、阿育塔亚王朝的遗迹，拍了无数坐着、躺着、站着的佛像，在倾颓、斑驳的神坛上，与数百年前的老灵魂对话，试图还原泰国那些黄金年代的种种。

没有看人妖、没有看 18 招、没有去血拼。我看到一个不一样的泰国，或者，只是不同于旅游团操作，回归原来素面清秀雅致的泰国。

谢明蓉





Part 1

准备旅行吧!

一个人的时候，容易专心，容易伤感，而到泰国旅行，正需要这种情绪。

预算3万元，可以去日本北海道5日游、澳洲墨尔本精华6日游、荷比卢8日游、加拿大9日游；或者，选择到泰国自助旅行14天。

坦白说，泰国的生活风情远比景点更具魅力，有趣的部分其实是去按摩、学烹饪、徒步旅行、骑大象、泛舟，而不是去某某景点参观……





一个人玩泰国之必要

很

奇怪的是，去泰国为何要跟团？这个疑问在我的心里已经埋藏很久了。那明明是一个治安良好、国民普遍有英文能力、观光设施极为便利发达的国度，简而言之，是一个容易自助旅行的国家；但根据非正式的估计，10个去过泰国的人，大约有7~8个是跟团去的，我百思不得其解。

其实，我去过泰国三次，前两次也是跟团。当时以旅游记者的身份去“考察”，住五星级饭店、吃高级餐厅，出去有冷气巴士接送，但是，对于这个国家的认识、体悟与旅游的乐趣，加起来乘以五，还不及这一次自己背着大背包，挥汗如雨走在35℃下，吃吃路边小面摊，配着一瓶泰国SINGA（泰国啤酒）来得深刻与爽快。

在我旅游的国度里，有些国家适合结伴而行，因为治安不佳，人多好壮势；有些则是消费额极高，两人同行可以分摊住宿费与交通费；有些国家风光明媚，气氛浪漫，形只影单容易自伤身世。

但泰国没有以上的顾虑。这个国家人民友善（可能因为笃信佛教），顶多拉高价格骗外地人，鲜少出现抢劫等暴力事件；消费价格平实，交通设施堪称健全而便利，不同价格的旅馆比比皆是，夜市、夜店、网吧遍布，“夜猫子”一族不用担心没有地方打发时间。



所以泰国堪称旅游难度很低的国家，有时候中文居然还行得通，我在曼谷机场对于机场人员的英文一脸茫然，她迅速改以字正腔圆的中文说“机场税”，顿时让我一阵惊恐，连在素可泰夜市的水果摊，老板娘都笑脸盈盈地告诉我“一个十元”。

一个人的时候，容易专心，容易伤感，而到泰国旅行，正需要这种情绪。





行程规划有方法

因为偏爱古文明，这一趟我为自己规划的旅行，从曼谷进出，再坐国内线飞机到素可泰，再飞清迈，最后从清迈飞回曼谷。原本想从清迈前往清莱，或者再飞吴哥窟，但一来天气热，导致人发懒；二来人到了一定年纪，就越恋家，我的旅游忍耐时限从以往的N个月到现在的3个星期，常常一坐下来喝一杯酒，就想回家了。

泰国的古文明分布在曼谷以北，最北端的清莱、清迈是北方兰那王朝的重镇，深受云南、缅甸的影响；素可泰刚好在曼谷与清迈之间，这是泰族第一个建立的王朝，可以用辉煌灿烂来形容其艺术、宗教成就；曼谷本身是现今恰克里王朝的都城与文化上之集大成者；距离曼谷约2小时车程的阿育塔亚，是恰克里王朝的上一个泰国王朝（阿育塔亚是朝代名，亦是首都名），也是观光旅游的重镇。

以曼谷为基地，放射状出游

除了曼谷，泰国还有很多城市拥有国际机场，如北方的清迈、南方的普吉岛，都可以让旅客直接飞抵最热门的度假胜地。但是，除非你的目的地非常明确，锁定单点旅游，否则所有的交通接驳如飞机、火车、长途巴士，仍然以曼谷出发的班次最为密集与便利，对于自助旅行者而言，以曼谷为基地，放射性地出游是比较有效率的方式。



还有一个私人小理由——曼谷购物非常便利，回国前还可以血拼一番，然后直接提上飞机！

我的行程表

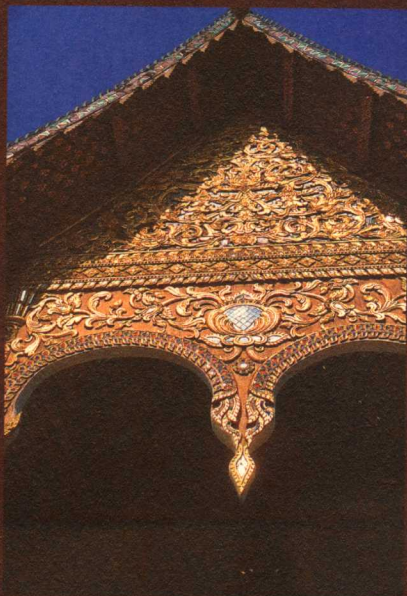
第1~2天	曼谷 Bangkok
第3~4天	素可泰 Sukhothai
第5~10天	清迈 Chiang Mai
第11~14天	曼谷 Bangkok

延伸行程发掘意外乐趣

坦白说，泰国的生活风情远比景点更具魅力，有趣的部分其实是去按摩、学烹饪、徒步旅行、骑大象、泛舟、玩水，而不是去某某景点参观，如果你用旅游欧洲教堂的朝圣期待心理到泰国，肯定要大失所望。

唯一例外的是中部的古文明遗迹，那些大范围的佛塔寺庙，还有无数的佛像，光置身其中，感受泰人对宗教的虔诚与泰国王朝极盛时壮硕自信的美学表现，就足以令人动容。

由于泰国消费相当平实，建议游人可以多尝试不同的活动，甚至是过去从来没玩过的方式，透过不同的侧面，对于泰国将会有不同的了解。



快速扫描泰国旅游热点

北方山区的度假天堂，以优美的山林、田园景色闻名，还有各式各样的手工艺品与特色独具的原住民文化，呈现与南部的海滩、中部的曼谷迥然不同的山区情调。

清迈
Chiang Mai

Sukhothai
素可泰

通往泰国山区深处金三角的门户，由于清迈附近的山林已经无法满足徒步旅行爱好者的需求，于是更艰难的徒步旅行路线往清莱附近开发，被视为极具观光潜力的明日之星，20世纪80年代开始有很多泰国有钱人纷纷在此置产，虽然不如清迈观光设施完善，却呈现更淳朴的迷人气氛。

缅甸

距离曼谷1小时车程，如果时间充裕，可以在曼谷报名游船，搭船沿着招披耶河回溯前朝史迹。

阿育塔亚
Ayutthaya

泰国首都，可以看到恰克里王朝最精华的部分，包括王宫、玉佛寺、卧佛寺，有丰富的夜生活酒吧与市集，购物商场密集，交通便利，价格具竞争力，是一个典型的国际大都会，从这里到水上市场、芭堤雅、华欣七岩、阿育塔亚都非常便利。

老挝

距离曼谷约3小时车程的海滨度假区，原来只是一个小渔村，拉玛六世在此兴建“爱与希望之宫”后，开始成为皇室的最爱，1923年，法国索菲特饭店集团接手了原来的铁路饭店，变身为充满欧洲殖民风情的饭店，从此，欧洲旅客就开始大量前往华欣了。

华欣
Hua Hin

Cha Am
七岩

距离华欣约25公里的海滩，海水湛蓝，沙滩绵长，在3公里的海滩上密集着高级度假饭店，当地政府刻意保持其清纯的原貌，比起泰国其他海滩显得较为自然安静。

曼谷
Bangkok

芭堤雅
Pattaya

距离曼谷147公里的度假海滩，是一个毁誉参半的地点，却是泰国最受欢迎海滩之一，无数的度假饭店、良好的浮潜地点、高尔夫球场，每年11月到次年3月约有超过百万的游客进入，有趣的是游客形态都是以观光团为主，可以想见这也是一个被商业操作完全宰制的区域，要想看到属于泰国文化的部分可能是缘木求鱼。

柬埔寨

Ko Samui
苏梅岛

像是失落的乌托邦的海岛度假村，崇尚自然的度假村与美丽的沙滩，是海滩上瘾者的天堂。

普吉岛 Phuket

泰国最受游客欢迎的海滩，所有你能想到的可以取悦游客的玩意儿这里都有，高级豪华的度假饭店、餐厅、泰式按摩、刺激有趣的水上活动，如果你喜欢热闹喧哗、十足感官刺激的旅行，这里会很适合你。

精打细算旅费篇

预 算3万元可以去哪里旅行? 可以去日本北海道5日游, 澳洲墨尔本精华6日游, 荷比卢8日游, 加拿大9日游, 或者, 选择到泰国自助旅行14天。

● 曼谷—北京来回机票: RMB3200 元
曼谷—素可泰—清迈—曼谷国内线机票: 曼谷航空RMB375+One Two GO (泰国国内航空公司, 可以买到便宜机票) RMB325 = RMB700 元
● 住宿费: 平均1日 RMB125 × 13 = RMB1625 元
● 交通接驳: RMB400 元
● 每日的餐饮费用: RMB100 × 14 = RMB1400 元
● 杂费支出 (健身/烹饪课/按摩/门票): RMB1250 元
● 共计: RMB8575 元 (以上的价格皆为大致估价)

方法1: 淡季出游的优惠

精明的旅人大多知道一年中有两个时间是旅游的高峰——7~8月的暑假和1~2月的寒假, 其中又以旧历年时段最是抢手, 费用的涨幅最为惊人。如果避开这些时段出游, 机票的价格会便宜RMB400~750元, 而且旺季出游很可能要提早半年订位, 否则要拿机位简直比登天还难。

懂得省钱的自助旅行者必须挑选正确的时间——泰国旅游的淡季(2月春节过后至4月春假前), 让旅馆、餐厅、当地行程的价格回归基本盘, 挑选一个不算太热的季节(避开最热的4~9月), 10月到翌年3月都是旅游好季节, 游客少, 可以轻松自在旅行, 就是最棒的时机。不过此时饭店价格都很贵, 建议住一年四季都很便宜的民宿。

方法2: 选择平价的住宿

除了曼谷这个“超级大闷锅”必须选择有冷气的饭店外, 其他的地区都可以住简便又轻松的 Guesthouse (单人房约3~8美元), 尤其是清迈, 因为这里是西方嬉皮士最爱之一, 聚集了大量平价、优闲、清静的民宿, 距离市中心又近, 太阳一下山温度就下降, 不用冷气也可以住得清爽。

素可泰的新城区有很多平价民宿, 因为泰北地区早晚温差大, 太阳下山后就显得凉快, 小旅馆的老板一般都会告诉你只要风扇就可以了, 接近清晨时, 还会冷到要盖薄被呢! 如果坚持要住有冷气的房间, 价格就会增加许多。

曼谷的热就真的令人完全无法忍受, 因为都市的热隐藏在水泥丛林高楼大厦内, 是非比寻常的闷热, 没有冷气根本无法睡眠, 可是由于旅馆多, 价格多元, 还是可以找到干净、便宜的旅馆, 一般价格约在15~25美元。

方法3: 品味国民美食

旅游时,除非当地的卫生条件令人却步,我通常偏好选择普通大众的庶民饮食,这才是贴近当地最直接的方式,而且,当地的日常食物是经过长年累月被筛选出来最适合该时该地的口味,如同寒冷的瑞士发展出浓醇的起司来御寒,酷热的泰国就必须以酸甜辛辣来刺激味蕾。

这些年来,泰国料理在中国方兴未艾,高级如高级酒家、饭店,平价如街坊市井的小吃铺,铺天盖地攻占中国人的胃口,因此,到了泰国这个辛香味故乡,我反而想寻求更家常的食物,对于路边摊小吃与泰国人喜爱的当地面店,我一概来者不拒,价格20~40泰铢就属于豪华级。

看到泰国人吃的食物,就跟着试试看,慢慢地,也就习惯了泰国的气温、湿度、节奏与无所不在的花香。我发现泰国小吃店林立,分量都不多,想来,泰国人应是属于少量多餐型的模式,鲜少大鱼大肉的烹调。难怪泰国女人多半苗条纤瘦。

方法4: 利用自主的交通工具

不管在哪里旅行,只要能找到大众交通工具,我都不倾向搭乘出租车,或是必须跟驾驶员单独相处的交通方式。

主要原因是搭乘出租车常会让你无法掌握城市的方向,并且,出租车便宜的国家不安全,安全的地方车资多半昂贵,当然,也有又贵又不安全的地方。

虽然泰国的出租车算是便宜,我还是尽量避免,只有往来机场与市区时才搭乘出租车,因为巴士实在太便利了。

在曼谷,利用捷运与招披耶河的快艇绝对比出租车还要快,有时塞车严重时,步行也比车行快。

出了曼谷,大众交通工具越来越不便利,这时只能依赖机动性很强的“双条”,“双条”其实就是大型的“出租车共乘制度”,通常车资不会超过10泰铢,否则,租赁脚踏车或是摩托车都是便利又平价的旅游方式。

唯一不需要节省的是泰国国内线的机票,由于价格不贵,相较于长途巴士或是火车,可以节省大量的交通时间。



倒计时！90 天行前准备



1. 三个月前：收集资讯期 & 健身

这段时间相当长，因为要从成千上万的资讯当中整理出最爱，理清要去的地点与从事的活动，大量的阅读是不可缺少的。往往都会先被美丽的照片吸引住，然后触动你想出去旅行的意念，主要的资讯来源是报纸杂志，或是网站上的博客（Blog）介绍，接着，你必须准备一张详细的地图，把有兴趣的地点圈出来，看看顺路与否。

我个人认为相当重要的事情，是开始训练体力，自助旅行是非常消耗体力的活动，而且，泰国非常炎热，如果没有强健的身体与耐力，很难适应当地的气候。

①



2. 两个月前：规划行程 & 订机票

第一阶段的资料收集得已经差不多了，接着，就是拟出行程表，大多数的旅行都是单点进出，这样机票比较便宜；如果旅行地点很多，路线拉得很长，也可以采用 A 点进，B 点出的方法，只是这样的机票通常较贵。

行程排出后，就可以规划每一个地点停留的天数，等起程与返程的时间都初步确定了，就可以订机位，传统的做法是打电话去熟悉的旅行社订机位，现在的选择更多；多数的旅行社都架设网站，也有许多网络旅行社，可以直接上网查机票价格与订位，记得要找信用可靠的旅行社，最常出现的纠纷是，订机位时有位置，结果时间快到时才通知没有机位。

订机位是不需费用的，建议你越早敲定机位越好。你可以搜寻何时出发的是最便宜的，通常，旅行社会在淡季时推出促销机票，或许可以挑选到优惠价格的机票。

②



3. 一个半月前： 请假 & 查看护照有效期限

不管是上班族或是学生族，要去旅行 2~3 星期，恐怕有些杂务必须要先处理，假单要送出，否则长官不准假，你只得乖乖地把整个旅行计划往后延。另外一个需要先确定的是护照的有效期限，通常办理签证，都需要有效期限超过半年~8 个月，如果已经快要过期，建议你赶快去换护照，千万不要小看这件事情！有许多旅游老手竟然是败在护照效期上喔！

③



4. 一个月前：开始订旅馆

既然机位确定、行程敲定、每个地点的停留时间也决定了，那就要开始订旅馆了，你可以从旅游书或是网站上找到适合的旅馆，如果预算充裕，可以委托旅行社代订旅馆，有些旅行社跟某些饭店有签约关系，可以较优惠的价格订到房间，这部分可以在网站上搜寻旅行社的广告，通常上面都会注明与哪些饭店签约，有些专门订房的网站也很好用，只是都必须酌收一些押金。

千万记住一件事情——旅行社代订旅馆，通常会给你凭证 (Voucher)，入宿时旅馆会要求看这张凭证；网络订房时，通常会回传订房记录，最好也把这张记录打印出来，以便作为凭证。

如果旅行的时间是旅游旺季，建议你越早确定旅馆越好，否则又便宜又好的旅馆会在第一时间被订满；虽然泰国旅馆相当多，从高级饭店到平价民宿都有，不过想要省钱又住得好，提前订位绝没错。

④



5. 两星期前：办签证 & 规划每天的行程

泰国签证的工作天数只需一天（甚至可以在泰国办落地签证），但是我还是建议你养成提早办签证的习惯，因为大多数人都需要时间准备签证用的照片。

此时，你的行程大架构已经确立了，接下来就是细节的填补，例如每一天的细部行程，必看的景点、必购的物品，有些人酷爱美食，就可以把心目中的餐厅列入行程里，还有，要参加的活动也必须详细列入行程中。

我的经验是每日的行程只要列出大概重点，不需巨细靡遗，有些人喜欢把行程排到全满，然后按表操课，每天如同行军，我并不建议这种模式，一来缺乏旅游的悠闲，另外，也增加不必要的焦虑，预留一些行程上的空白，其实可以得到更多的意外收获。

⑤

