



易行指南

柬埔寨

旅行达人推荐 · 资讯全面实用 · 旅途必备良伴

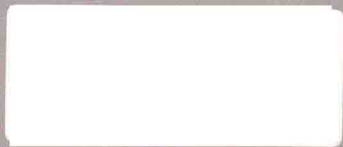


中国旅游出版社



柬埔寨

艾玛·波义耳和加文·托马斯



中国旅游出版社

项目策划: 高 瑞

责任编辑: 朱轶佳

责任印制: 冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

柬埔寨 / 英国ROUGH GUIDES公司著; 许碧云译. --北京: 中国旅游出版社, 2015.10

(易行指南)

书名原文: The Rough Guide to Cambodia

ISBN 978-7-5032-5387-4

I. ①柬… II. ①英… ②许… III. ①旅游指南—柬埔寨 IV. ①K933.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第170683号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2015-5324

审图号: GS(2015)2152号, 本书插图系原文原图

书 名: 柬埔寨

作 者: 英国ROUGH GUIDES公司

译 者: 许碧云

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@cmta.gov.cn

营销中心电话: 010-85166503

排 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: 鸿博昊天科技有限公司

版 次: 2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 8.75

字 数: 520千

定 价: 59.00 元

I S B N 978-7-5032-5387-4

版权所有 翻印必究

指定销售区域: 中华人民共和国——不包括香港、澳门、台湾地区

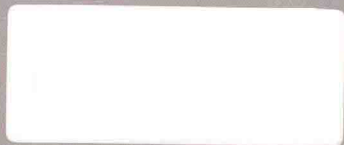
目录

概览	4		
必游推荐	6	18个不可错过的景点	10
作者精选	7	主题线路	16
最佳旅游季节	9		
基本信息	18		
如何抵达	19	媒体信息	35
周边交通	19	节庆活动	35
住宿	23	文化和礼仪	36
餐饮	24	购物	36
健康卫生	30	旅行须知	38
犯罪与人身安全	33		
景点介绍	46		
1 金边及其周边	46	4 柬埔寨东部地区	180
2 马德望省和西北地区	94	5 西哈努克市和南部地区	210
3 暹粒和吴哥寺庙	118		
背景资料	248		
历史背景	249	高棉语	267
宗教信仰	263		



柬埔寨

艾玛·波义耳和加文·托马斯



中国旅游出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.etongbook.com



目录

概览	4		
必游推荐	6	18个不可错过的景点	10
作者精选	7	主题线路	16
最佳旅游季节	9		
基本信息	18		
如何抵达	19	媒体信息	35
周边交通	19	节庆活动	35
住宿	23	文化和礼仪	36
餐饮	24	购物	36
健康卫生	30	旅行须知	38
犯罪与人身安全	33		
景点介绍	46		
1 金边及其周边	46	4 柬埔寨东部地区	180
2 马德望省和西北地区	94	5 西哈努克市和南部地区	210
3 暹粒和吴哥寺庙	118		
背景资料	248		
历史背景	249	高棉语	267
宗教信仰	263		



概览

柬埔寨是一个拥有丰富历史的小国家。它在当今的世界舞台上是一位谦逊的成员，曾是亚洲最壮观的早期文明之一——强大的吴哥高棉帝国所在地，其传奇的吴哥窟是柬埔寨国家的象征，每年都会吸引数百万的游客。除了寺庙外，该国的大部分区域保持着清新悦目，甚少有游客的足迹，且大部分地区都基本未被探索。

柬埔寨沉寂的小镇和城市令人回味无穷，耸立着的褪色殖民地建筑散发着古老的魅力，而在乡村地区，还有一系列令人难忘的风景区等待着游客，从汹涌澎湃的湄公河和壮阔的洞里萨湖到远处树木丛生的拉达那基里、蒙多基里高地和豆蔻山脉，让人目不暇接。自此南下是一番截然不同的景象，只见其海岸融合了派对氛围的享乐主义生活方式，田园诗般的海滩和神奇的岛屿。

柬埔寨的魅力大部分源自于其稍显过时、依稀时空扭曲的特色。与其边缘两侧人口较多且经济发达的泰国和越南相比，柬埔寨基本上仍是一个农村社会，且部分区域非常落后。多个世纪以来，全国各省的腹地似乎变化不大，仿佛回到了更为古老且简朴的时代（至少从外界看来是如此），其错落有致的稻田和糖椰子树丛中坐落着美丽的木质棚屋，令人耳目一新。虽然大部分人口的生活极其简单，但整体而言，柬埔寨人仍是亚洲最友好和热情的人群之一。

柬埔寨给大多数游客留下的最深印象可能就是那种热情好客——同时鉴于其近代的悲惨历史，这也是最令人震惊的。对于许多人而言，柬埔寨仍是红色高棉政权的代名词，其领导人杀害或导致了 200 多万名同胞的死亡——约占柬埔寨 20% 的人口。直到 1998 年，红色高棉才被驱逐出其最后的据点，甚至在如今，其许多前干部仍占据着重要职权位置，尤其是该国自 1985 年起的领导

者首相洪森。不出所料，这一时期给人们带来了很深的情感疤痕，且贯穿柬埔寨社会的各个层面——这个国家只能缓慢而痛苦地从其噩梦般的回忆中觉醒。

必游推荐

在殖民全盛时期被誉为“亚洲之珠”的**金边**依然是东南亚最迷人的首都之一：大得令人心跳加速，但保留了鲜明的小城镇魅力，其绿树成荫的街道两旁耸立着破败的古老法国殖民建筑，点缀有乡村寺庙和繁华的街市。该城市的中心是美丽的河滨地带，背靠气势磅礴的皇宫和银殿丰富多彩的佛塔，附近的国家博物馆中展示着一系列令人惊叹的古代高棉艺术品。远处是与其形成鲜明对比的吐斯廉屠杀博物馆，氛围阴郁，为游客展现该国家悲惨的过去和令人痛心的事件。

然而，大多数游客前往柬埔寨的主要原因是参观举世闻名的**吴哥寺庙**。这里的乡村周边点缀着数十座宏伟的纪念碑，从茂密的树林中拔地而起，是每个好莱坞导演梦寐以求的，迷失在丛林中的典型古老遗迹。大多数游客的首选目标是令人难忘的**吴哥窟**及其五座高耸的玉米穗状佛塔；贴满了数百张神仙头像的超现实主义**巴戎寺**；以及坐落于丛林之中的**塔布隆寺**，其摇摇欲坠的遗址紧紧夹藏在巨大的木棉树之间。或者游客也可以避开人群前往远方游览其他吴哥古迹，包括覆盖着众多奢侈木雕的美丽**女王宫**；隐匿在丛林之中的**崩密列**遗址；庞大的贡开城市寺庙建筑群；还有其中之最，宏伟壮观的**柏威夏**，高耸于泰国边境的一座山峰



作者精选

作者花费数月的时间研究这本《柬埔寨旅游指南》的最新版，我们不断地努力旅行，以挖掘该国最好的一面提供给读者。下面列举了一些个人最喜欢的经历。

试吃阿莫克 国菜阿莫克（见 p.28）是典型的柬埔寨美食之一。虽然没有哪两个配方是完全一样的，但最好的阿莫克是比较圆滑清淡的，散发着浓郁的柠檬草味道，加有椰子和高良姜，且有一种轻微的芳香。可在 Smile（见 p.188）、Angkor Palm（见 p.133）或 Frizz（见 p.77）试吃。

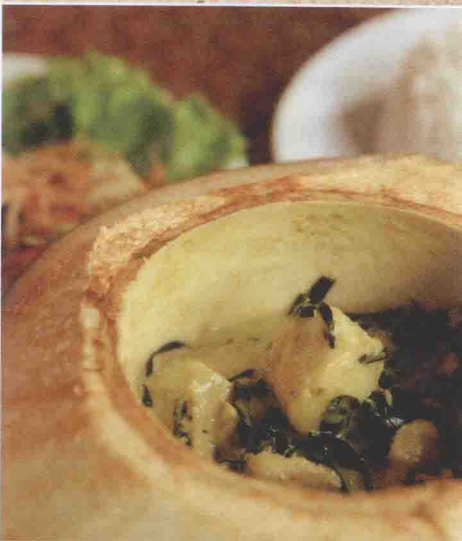
购买格罗麻 寻找格罗麻（见 p.36）是探索柬埔寨市场的不错方式。磅湛市场（见 p.185）、暹粒的吴哥夜市（见 p.137）和金边的俄罗斯市场（见 p.82）是寻找格罗麻的最佳场所——或者也可以访问 Phnom Srok（见 p.114）参观它们是如何制造而成的。

鲜为人知的寺庙 一些最杰出的寺庙游人却反常地稀少。参观雄伟壮观的比粒寺（见 p.160）和巴孔寺（见 p.164）的游客只占游览吴哥窟和巴戎寺的一小部分。若想体验真实的《夺宝奇兵》经历，那么可以前往偏远的班特清麻寺（见 p.115）和圣剑寺（磅同）（见 p.170）。

戏水 湖泊和河流在柬埔寨的地图上显而易见。建议游客一定要参观洞里萨湖水上浮村（见 p.99、p.102 & p.141），观赏海豚或在湄公河上划皮划艇（见 p.192 & p.194），或者也可前往贡布（见 p.235）和金边（见 p.56）体验日落时分的游船，放松心情。

荒岛天堂 在柬埔寨田园诗般的岛屿上找到属于你自己的纯白色沙滩几乎不费吹灰之力。个中翘楚当数瓜隆岛的 Long Set 海滩（见 p.226）、Koh Rong Samloem 的拉兹海滩（见 p.228）及 Koh Totang 岛的迷人海滩（见 p.230）。

作者的建议并没有就此结束。在本指南中，我们已将最喜爱的地方——位置卓越的酒店、氛围独特的咖啡厅和别具一格的餐馆——用★号标记而出。



小档案

- 柬埔寨约是英格兰的一个半大小——大致同美国的俄克拉何马州差不多。
- 柬埔寨的人口仅 1500 多万，其中 90% 是高棉人。剩余人口由华人和越南人（合起来约 6%）、占族（2.5%）和 Chunchiet（1%）组成。
- 96% 的国民信奉小乘佛教，夹杂着万物有灵论和祖先崇拜；占族则信奉伊斯兰教。
- 柬埔寨是一个君主立宪制国家，当选政府由议会两院组成，即国民议会和参议院。
- 柬埔寨国民的平均年收入仅 \$944/人，是亚洲第三个最贫穷的国家（仅次于尼泊尔和孟加拉国——相比之下，其邻国泰国的人均收入为 \$5480）。虽然经过改善，但其国民的平均寿命只有 63 岁。
- 柬埔寨是世界上森林砍伐率最高的国家之一，根据近年的数据显示，其排名全球第五位。其主要的热带雨林覆盖率则从 1970 年的 70% 多一直下降到了 2007 年的 3.1%。
- 柬埔寨更改其名字的频率远胜于世界上其他任何一个国家。就在过去的短短半个世纪内，它就已经被不同地称作为高棉共和国（1970~1975）、民主柬埔寨（由红色高棉统治，1976~1979）和柬埔寨人民共和国（1979~1989）。如今其被正式称为柬埔寨王国。
- 柬埔寨国旗上点缀着吴哥窟的图像——是世界上唯一一面带有建筑的国旗。

顶部。通往这些寺庙的入口是热闹非凡的**暹粒**——柬埔寨的主要旅游城市，至今仍保留着许多奇特的魅力，且其本身也是一个值得游玩的景点。从暹粒出发，沿着壮观的**洞里萨湖**——其本身也十分迷人，坐落着数十个引人注目的水上浮村——绕行即可抵达柬埔寨最迷人的城市之一**马德望**。

柬埔寨的**东部地区**仍保留着一丝边陲城镇的气氛，其中一侧以汹涌澎湃的湄公河为界，西侧则是偏僻的腊塔纳基里和蒙多基里高地。通往该地区的所有线路都途经殖民时期湄公河一侧大气磅礴的**磅湛**，经过此地之后，道路沿着河流继续向北延伸抵达**桔井**，其同样洋溢着慵懒的河畔氛围，且在上游栖息着一小群罕见的伊洛瓦底江海豚。虽然前往东北部偏远的**班隆**和**森莫诺隆**省会城市需花费更多的时间和精力，但却可以一睹柬埔寨偏远的森林高地，（尽管砍伐猖獗）仍有大量野生动物栖息于此，且生活着柬埔寨日益减少的土著民族 Chunchiet 社区。

柬埔寨快速发展的**海岸**无论在风景还是氛围上都与该国其他地方截然不同，提供了一种日渐乐观且以快乐主义为主的热带海滩生活品位。此地最大、最繁忙的城镇是**西哈努克市**，如今越来越像是泰国的缩影，拥有大量海滩和酒吧。就在离岸不远处坐落着一系列较为宁静（但也快速发展）的岛屿，而在西哈努克市外就是田园诗般的海湾、海滩和**云壤国家公园**郁郁葱葱的红树林。较为宁静的海滨目的地包括融合了法国和中国影响的迷人城镇**贡布**，以及诱人的**白马**度假胜地，其拥有一片极小的海滩，且洋溢着暗淡而温婉的氛围。

与其形成鲜明对比的是偏远且难以抵达的**豆蔻山脉**，其背靠游客人数众多的海岸，呈现出未受破坏的山地风光和显著的生物多样性。游客最好从西南方的**戈公**出发进入此地。

最佳旅游季节

柬埔寨全年都非常温暖，但仍有几个鲜明的季节。11月至次年5月期间雨水很少，即所谓的**干燥季节**，本身又被分为两个不同的阶段。**凉季**（11月至次年2月）是旅游高峰期——非常和煦，游人可以舒服地探索寺庙，但又足够温暖可以在海岸上享受日光浴。**热季**（3月至5月）期间的湿度和温度会有所上升，其中金边和马德望白天的最高气温可达到33~35℃。虽然这是前往海岸的最佳时节，但通常最热门的还是吴哥。在**雨季**（约6月至10月）访问柬埔寨可能会遇见一些实际困难，但也不失为一个游玩该国的有趣时间段，因为在每天的季风大洪水之下这里会转变成一大片被水淹没的热带丛林（幸运的是，降雨主要发生在下午；早上通常都比较干燥）。周边交通（尤其是9月和10月）并不总是十分便捷：土路会变得泥泞不堪且洪水四处可见。因此毫无疑问，这是最安静的旅游时节（即使是吴哥游客人数也较少），也是田野最苍翠繁茂的时候。



18

个不可错过的景点

一次旅行是不可能游览完柬埔寨所有景点的——而且我们也不建议你尝试。下面提供了我们主观上的柬埔寨亮点选择：自然景观和文化宝藏，宁静的海滩和喧闹的城市，当然还有吴哥及其他地方最好的寺庙。每个景点都会提供一个页面参考，可以直接在本指南中查找，从而你可以了解更多信息。数字颜色指的是其在本指南中的章节。

1





2



3

1 皇宫和银殿

p.56

位于金边中央的华丽皇宫和银殿拥有许多美妙的壁画和珍贵的高棉雕塑宝藏。

2 贡布

p.235

这个幸福悠闲的南部地区恍如世外桃源，在贡布河旁坐落着众多田园风格的宾馆和餐厅。

3 女王宫

p.165

所有吴哥寺庙中最小但最完美的寺庙之一，由精致的粉红色砂岩建造而成，且覆盖着众多精美的雕刻。

4 吴哥窟

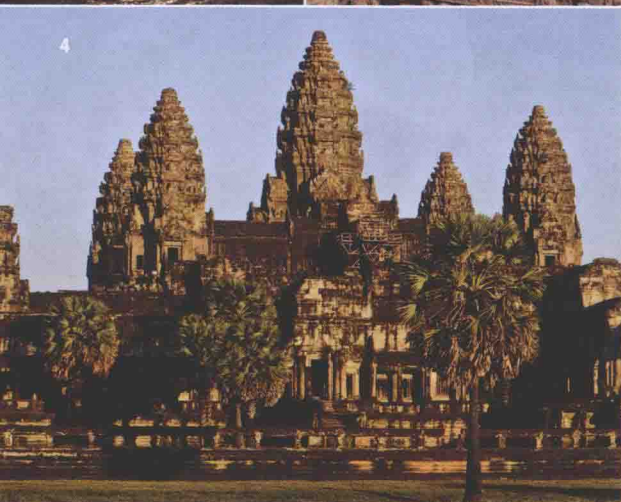
p.145

这座令人难忘的寺庙中耸立着高大的佛塔，饰以精美复杂的浅浮雕，是高棉建筑巅峰的代表。

5 欧特斯海滩

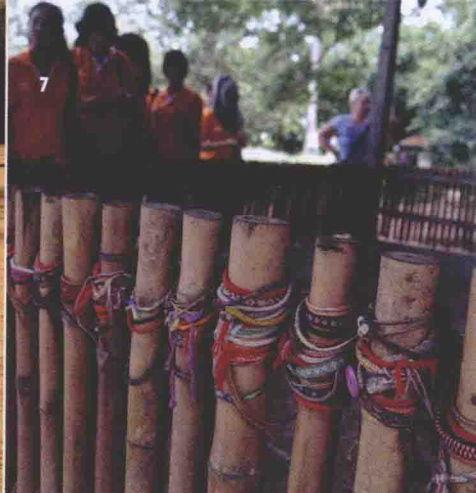
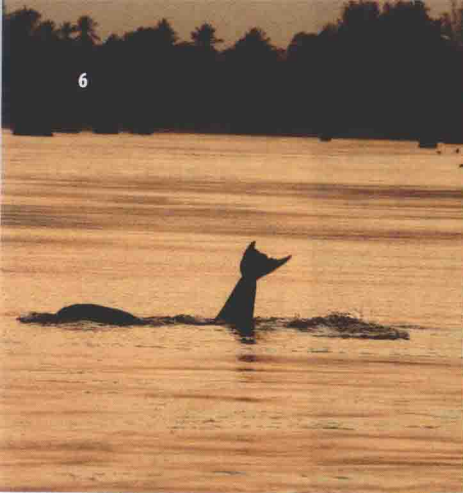
p.217

西哈努克市最偏远的海滩也比城内的沙滩悠闲美丽；是享受几天悠闲海滨生活的完美所在。



4







6 伊洛瓦底江海豚

p.192

这些是以小群体的方式生活在东北部湄公河段的稀有哺乳动物。

7 吐斯廉和琼吕克

p.64 & 89

柬埔寨红色高棉时期的悲惨纪念馆。

8 大吴哥

p.151

吴哥最大的有城墙围绕的城市，可通过宏伟壮观的入口进入，里面收藏着该国一些最有名的古迹，包括使人难忘的巴戎寺。

9 高棉艺术

p.61 & 127

该国一些最迷人的艺术，包括古代雕像，会在金边的国家博物馆和暹粒的吴哥国家博物馆中展出。

10 阿普莎拉舞

p.138

风格最优雅的高棉古典舞蹈，由装扮美丽的演员再现印度神话中传奇的阿普莎拉仙女。

11 洞里萨湖

p.139

这个微型内海是以农业为主的柬埔寨的水域中心，其水面上点缀着数十个传统的建于支柱上的浮村，其中大多数都由该国的越南裔居民居住。

