

lonely planet

墨西哥

资深
实地
好用
全彩

专家的
权威推荐

调研及
全新信息

带孩子
游墨西哥

古代遗址
全接触

中国地图出版社

墨西哥



本书作者

约翰·诺贝尔 (John Noble)

凯特·阿姆斯特朗 (Kate Armstrong) 斯图亚特·巴特勒 (Stuart Butler)

约翰·赫克特 (John Hecht) 贝思·科恩 (Beth Kohn)

汤姆·马斯特斯 (Tom Masters) 约瑟芬·昆特罗 (Josephine Quintero)

亚当·斯科尔尼克 (Adam Skolnick) 伊恩·斯图尔特 (Iain Stewart)

菲利普·唐 (Phillip Tang) 卢卡斯·维杰恩 (Lucas Vidgen)

墨西哥

中文第二版

书名原文: Mexico (14th edition, Sep 2014)

© Lonely Planet 2015

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片版权归图片持有者所有, 2015

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目(CIP)数据

墨西哥 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编; 刘颖等译.
-- 北京: 中国地图出版社, 2015.5
书名原文: Mexico
ISBN 978-7-5031-8018-7

I. ①墨… II. ①澳… ②刘… III. ①墨西哥—概况
IV. ①K973.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 073277 号

出版发行	中国地图出版社
社 址	北京市白纸坊西街 3 号
邮政编码	100054
网 址	www.sinomaps.com
印 刷	北京华联印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	197mm × 128mm
印 张	29.75
字 数	1618 千字
版 次	2015 年 5 月第 1 版
印 次	2015 年 5 月北京第 1 次印刷
定 价	119.00 元
书 号	ISBN 978-7-5031-8018-7/Z · 226
审 图 号	GS (2015) 625 号
图 字	01-2015-0943

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983
Locked Bag 1, Footscray, Victoria 3011, Australia
电话: +61 3 8379 8000
传真: +61 3 8379 8111
联系: lonelyplanet.com/contact

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、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。

Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许以零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

墨西哥



本书作者

约翰·诺贝尔 (John Noble)

凯特·阿姆斯特朗 (Kate Armstrong) 斯图亚特·巴特勒 (Stuart Butler)

约翰·赫克特 (John Hecht) 贝思·科恩 (Beth Kohn)

汤姆·马斯特斯 (Tom Masters) 约瑟芬·昆特罗 (Josephine Quintero)

亚当·斯科尔尼克 (Adam Skolnick) 伊恩·斯图尔特 (Iain Stewart)

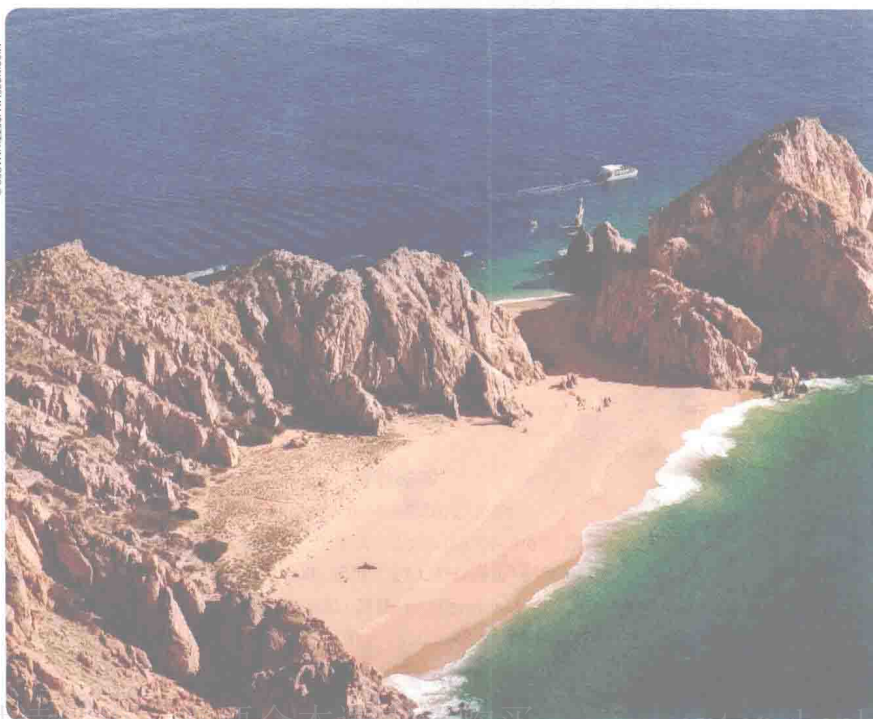
菲利普·唐 (Phillip Tang) 卢卡斯·维杰恩 (Lucas Vidgen)

计划你的行程

欢迎来墨西哥	6
墨西哥地图	8
墨西哥TOP21	10
行前参考	20
初次到访	22
新线报	24
如果你喜欢	25
每月热门	30
旅行线路	34
和当地人吃喝	42
探访墨西哥古代遗迹	48
带孩子旅行	54
地区速览	57

在路上

墨西哥城	62	霍奇特卡特尔	185
墨西哥城周边	152	拉马林切	186
墨西哥城以北	153	瓦曼特拉	187
特波特索特兰	153	坎托纳	187
图拉	156	奎特萨兰	188
特奥蒂瓦坎	158	尤瓦里钱	190
帕丘卡	163	墨西哥城以南	190
墨西哥城以东	167	迪坡斯特兰	190
普埃布拉	167	库奥特拉	194
乔卢拉	176	库埃纳瓦卡	196
波波卡特佩特和		塔克斯科	206
伊斯塔西瓦特尔	179	卡卡瓦米尔帕洞穴	
特拉斯卡拉	180	国家公园	212
卡卡希特拉和		墨西哥城以西	212
		托卢卡	212



目录

- 托卢卡雪山 216
巴耶-德布拉沃 216
马利纳尔科 218
伊斯塔潘-德拉萨尔 220
- 韦拉克鲁斯 221**
韦拉克鲁斯城 223
韦拉克鲁斯中部 234
中央海岸 234
哈拉帕 236
科尔多瓦 248
拉斯弗洛雷斯堡 250
科斯科马特佩克 252
奥里萨巴 253
奥里萨巴峰 256
- 韦拉克鲁斯北部 257**
图斯潘 257
帕潘特拉 259
埃尔塔欣 263
韦拉克鲁斯东南部 267
特拉科塔尔潘 267
圣地亚哥图斯特拉 270
特雷斯萨波特斯 271
圣安德烈斯图斯特拉 271
卡特马科 274
洛斯图斯特拉斯
生物圈保护区 276
- 尤卡坦半岛 279**
金塔纳罗奥 282
坎昆 282
穆赫雷斯岛 292
孔托伊岛
国家公园 297
奥尔沃克斯岛 297
莫雷洛斯港 298
普拉亚德尔卡曼 300
科苏梅尔岛 305
阿库马尔 310
图卢姆 311
马阿瓦尔 320
希卡拉克 321
巴卡拉尔湖 322
切图马尔 323
尤卡坦州 327
梅里达 327
塞雷斯吞 344
德锡比尔恰尔吞 346
普罗格雷索 346
伊萨马尔 347
奇琴伊察 348
巴亚多利德 354
埃克巴拉姆 357
拉加尔托斯河 358
坎佩切 359
虚普西 370
- 恰帕斯和塔瓦斯科 373**
图斯特拉古蒂埃雷斯 376
恰帕-德科尔索 383
圣克里斯托瓦尔-德拉斯卡萨斯 384
奥科辛戈 404
托尼那 406
阿瓜阿苏尔和米索尔阿 407
帕伦克 408
波南帕克、亚斯奇兰和福龙特里萨公路 419
科米坦 429
埃尔索科努斯科和海滩 435
塔帕丘拉 438
塔瓦斯科 443
- 瓦哈卡 449**
瓦哈卡城 452
巴耶森特特拉雷斯 477
阿尔万山 477
巴耶-德特拉科卢拉 479
巴耶-德锡马特兰 484
圣奥古斯丁埃特拉 486
谢拉诺尔 486
联村 486
瓦哈卡西部 488
扬韦特兰、科伊斯拉瓦卡
和特波斯科卢拉 489
瓦哈卡海岸 489
埃斯孔迪多港 490
波丘特拉 503
安赫尔港 504
锡波里特 506
圣阿古斯蒂尼约 509
马孙特 511
拉本塔尼亚 514
瓦图尔科港 514
巴拉-德拉克鲁斯 522
特万特佩克地峡 523

在路上

萨里纳克鲁斯	523
特万特佩克	524
胡奇坦	525

中部太平洋海岸 ... 527

马萨特兰	529
墨西哥卡特坦	543
圣布拉斯	544
特皮克	548
圣玛利亚- 德尔奥罗湖	549
塞沃鲁科火山	549
查卡拉	549
圣弗朗西斯科	550
萨尤里塔	551
米塔角	554
巴亚尔塔港	554
科斯塔格雷雷的海滩 ...	571
圣诞港	571
圣帕特里希奥梅拉克 ...	571
巴拉-德纳维达	573
曼萨尼约	576
博卡-德帕斯夸雷斯 ...	579
米却肯海岸	580
圣胡安-德阿里马	580
拉斯布里萨斯	581
拉蒂克拉海滩	581
法罗-德布塞利亚斯 ...	581
科洛拉海滩	581
巴鲁阿塔海滩	582
马拉-德内斯帕	582
帮派的海岸	583
坎波斯港	583



民间艺术，见890页

拉萨罗-卡德纳斯	584	安甘格奥	666
特隆科内斯	584	锡塔夸罗	667
伊斯塔帕	587	帕茨夸罗	667
锡瓦塔内霍	589	乌鲁阿潘	676
巴拉-德波托西	600	安加万	679
索来达-德马希埃尔	601		
皮埃-德拉奎斯塔	601		
阿卡普尔科	603		
小海岸	616		
本图拉海滩及周边	616		
夸希尼奎拉帕	616		

西部中央高地 ... 618

瓜达拉哈拉	619	北部中央高地	681
查帕拉湖	646	克雷塔罗州	683
蒙塔尼亚区	648	克雷塔罗	683
科利马	651	特奇斯奇亚潘	691
米却肯州内陆	655	瓜纳华托州	693
莫雷利亚	655	瓜纳华托	693
黑脉金斑蝶保护区	665	莱昂	705
		多洛雷斯-伊达尔戈	706
		圣米格尔-德阿连德	709
		阿瓜斯卡连特斯州	723
		阿瓜斯卡连特斯	723
		圣路易斯波托西州	729
		圣路易斯波托西	729
		马特瓦拉	735

目录

了解墨西哥

今日墨西哥	864
历史	866
墨西哥人的生活方式	879
艺术	883
墨西哥厨房	892
风景和野生动植物	898

生存指南

出行指南	906
交通指南	919
语言	927
索引	939
地图图例	948

特别呈现

另辟蹊径： 墨西哥	40
和当地人吃喝	42
探访墨西哥古代遗迹	48
奇琴伊察	350

雷亚尔-德卡托尔塞	735	佩尼亚斯科港	805
萨卡特卡斯州	740	埃莫西约	808
萨卡特卡斯	740	基诺港	809
拉克马达	750	圣卡洛斯	811
下加利福尼亚	751	阿拉莫斯和周边	812
巴哈北部	753	洛斯莫奇斯	816
蒂华纳	753	铜峡谷和奇瓦瓦太平洋铁路	818
罗萨里托海滩	760	奇瓦瓦太平洋铁路	820
恩塞纳达	761	埃尔富埃尔特	822
拉布法多拉	766	塞罗卡韦	823
一八五七宪法 国家公园	766	乌里克	824
墨西哥加利	766	阿雷波纳普奇 (波萨达巴兰卡斯)	825
巴哈南部	768	巴兰卡斯-德尔科夫雷 冒险公园	826
格雷罗内格罗	768	蒂韦萨德罗	827
圣伊格纳西奥	770	克雷尔	827
圣罗萨莉亚	772	巴托皮拉斯	832
穆莱赫	774	奇瓦瓦和墨西哥中北部	834
洛雷托	776	奇瓦瓦	834
拉巴斯	780	新大卡萨斯和 大卡萨斯	840
拉本塔纳	786	马塔奥尔蒂斯	842
洛斯巴里雷斯	787	伊达尔戈- 德尔帕拉尔	843
普尔莫角	787	杜兰戈	845
谢拉-德拉拉古纳 生物圈保护区	788	墨西哥东北部	849
圣何塞-德尔卡沃	788	萨尔蒂约	849
洛斯卡沃斯走廊	791	帕拉斯	852
圣卢卡斯角	791	夸特罗谢门加斯	853
托多斯桑托斯	796	蒙特雷	855
铜峡谷和墨西哥北部	799		
墨西哥西北部	805		

欢迎来 墨西哥

丛林与荒漠，喧嚣都市和只有一条小街的印第安村庄，节日的烟花和弗里达的焦虑——墨西哥让人联想到如此众多的生动形象，而现实也不负所望。

户外生活

从南部丛林到白雪覆盖却仍在冒烟的火山，还有仙人掌点缀其间的北部荒漠，长达一万公里的海岸线串起无数沙滩和野生动物繁多的潟湖，在墨西哥旅行充满了无尽的冒险和感官上的刺激。墨西哥的气候分布从温带到热带，这意味着人们可以在室外度过大部分时光。你既可以放松心情躺在沙滩上，幕天席地享用美食，还可以徜徉在漂亮的街道，或是出门到加勒比珊瑚礁群中浮潜、在高山云雾缭绕的森林里徒步，或者驾船出海寻找海豚和鲸鱼。

国家的艺术与灵魂

墨西哥的文化和历史底蕴深厚。前西班牙时代的文明创造了世界上最宏伟的考古遗迹，西班牙殖民时期则给这里留下了不少美丽的城镇，城中布置着绿树掩映的广场和雕饰精美的石头教堂和房屋。现代墨西哥涌现出了像迭戈·里维拉和弗里达·卡洛这样伟大的艺术家。分布在全国的顶级博物馆和画廊记录下了墨西哥引人入胜的历史及其无穷尽的创造力。墨西哥的流行文化也同样充满生机，墨西哥城的地下舞厅以及原住民出色的手工艺品都是生动的证明。

适合所有人的旅行

墨西哥适合各种类型的游客，想怎么玩就怎么玩。你可以选择泡在舒适的度假村，或是住在经济的海滩小屋以及殖民时期的别墅。你既可以在时尚的美食餐厅享用融合各种风格的新潮美食，也可以在熙熙攘攘的市场 comedor（大排档）上领略祖母传下来的秘方小吃。由于四通八达的公交系统和国内航空网，往来目的地之间的交通相当便捷。你也可以选择租车：墨西哥有些道路非常棒，市区之外的交通一般也通畅。

墨西哥人

墨西哥体验的核心是墨西哥人。无论是城市里的时尚潮人还是腼腆的土著村民，形形色色的墨西哥人大都热爱缤纷的色彩和各式各样的节日。同时，墨西哥人也是一个善于思考的民族，对他们来说，时刻表不如善解人意更重要。墨西哥人很有礼貌，他们可爱迷人，并懂得怎样取悦来客。他们对墨西哥有着强烈的自豪感，他们独一无二的国家拥有紧密的家族关系、美丽和丑陋夹杂的城市、植根深厚的传统、独特的龙舌兰酒以及无与伦比的辣椒美食。无须时日，你就会越来越了解墨西哥人。



我为什么喜欢墨西哥

本书作者 约翰·诺贝尔 (John Noble)

在青少年时期，我看过一个关于科尔特斯和阿兹特克人的故事，故事本身可信用度不高，却第一次勾起了我对墨西哥的兴趣。我第一次去墨西哥是从美国边境到危地马拉边境为时三个月的背包旅行，在恰帕斯的绿色高原上，我找到了灵魂的居所。从那以后，我去了墨西哥十二次，游历了墨西哥大部分国土，并且爱上了它的荒漠、海岸、丛林和火山，还有它变化无穷的美食、灿烂的古代文明、充满灵感的艺术和手工艺品，尤其是那里热情好客的人民。

欲了解更多作者故事，可参见949页。

墨西哥





特奥蒂瓦坎
令人震撼的太阳和月亮金字塔 (158页)

奇琴伊察
不可思议的古代玛雅遗址 (348页)

墨西哥城
庞大的、迷人的、充满文化气息的大都市 (62页)

图卢姆
当玛雅遗址遇到加勒比海滩 (311页)

梅里达
美丽的充满文化气息的殖民城市 (327页)

帕伦克
丛林深处精致的玛雅建筑 (408页)

黑脉金斑蝶保护区
成千上万飞舞的黑脉金斑蝶 (665页)

瓦哈卡海岸
海滩爱好者的极乐世界 (489页)

瓦哈卡
美丽的手工艺品、独特的风味菜 (449页)

墨西哥 Top 21

梅里达

1 作为尤卡坦半岛的文化之都，这个庞大却秩序井然的城市（见327页）优雅地保留了殖民时期的风情，它拥有众多博物馆和画廊以及该地区最好的食物。野生动植物保护区、优美的大庄园和绿树遮蔽下的天然井就在城外不远。再远一点的野外，普克之路（Ruta Puuc）沿线的玛雅遗址几乎无人造访，你可以感受时光倒流，而不受旅游团的干扰。

图卢姆

2 将一个闻名世界的玛雅遗址放在加勒比雪白的沙滩和蔚蓝的大海之中，这就是备受青睐的图卢姆（见311页）了。这里提供从海边木屋到顶级度假村各种档次的住宿、一些很棒的餐馆，以及无数周边景点。无怪乎许多人原计划在此只待几天，结果却流连忘返。





太平洋海岸线

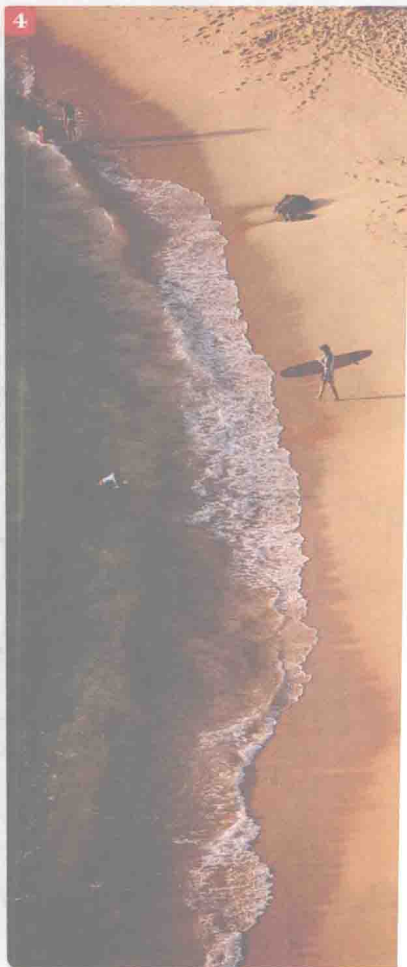
3 从下加利福尼亚的荒漠岛屿到背靠郁郁葱葱热带山峦的青翠峡谷，从蔓延天际的沙地到红树林环绕、禽鸟翩飞的潟湖，墨西哥的太平洋海岸线有着惊人的自然美景。点缀在原始壮观景色之间的是热闹的度假地：马萨特兰、巴亚尔塔港、曼萨尼约、伊斯塔帕、锡瓦塔内霍和阿卡普尔科，以及世界级的冲浪胜地：巴拉-德内斯帕、博卡-德帕斯夸雷斯、特隆科内斯和埃斯孔迪多港。图为海滩边的森林，曼萨尼约。



MATTHEW MICHAEL WRIGHT/OGETTY IMAGES ©

在瓦哈卡海岸放松

4 在绵延550公里的太平洋海滩（见489页）上逗留几天后，你也许会懒洋洋地不想离开。那就去冲浪圣地和渔港埃斯孔迪多港，或者低调的度假地瓦图尔科港，或是极其逍遥的休闲地锡波里特、圣阿古斯蒂尼约或者马孙特，沐浴在阳光下，享用美食，在逍遥的海滩酒吧里畅饮，兴致来了就去冲浪或者浮潜，或者找艘小船去看海龟、海豚、鲸鱼、鳄鱼和禽鸟。图为卡里萨里约海滩，埃斯孔迪多港。



5



6



奇琴伊察

5 诚然，它是每辆旅游大巴的必经之地，你永远也别想独享此处。此处玛雅遗址（见348页）被称为新“世界七大奇迹”之一不是没有道理的——它太壮观了，不论是庄严庞大的卡斯蒂略金字塔[每年春分和秋分，羽蛇神库库尔坎（玛雅文化中对羽蛇神的称呼）的阴影会爬上楼梯，还是圣井（Sacred Cenote）和设计新奇的埃尔卡拉科尔（El Caracol）。你不必成为考古学家也能在此度过难忘的时光。

墨西哥城

6 这个墨西哥最悠久的政治首都（见62页）同样也走在全国文化的最前沿。许多该国的顶尖壁画家在此留下了他们最重要的作品，例如国家宫里迭戈·里维拉（Diego Rivera）的电影壁画和美术宫里何塞·克莱门特·奥罗斯科（José Clemente Orozco）的社会现实主义作品。艺术、音乐、舞蹈和戏剧处处可见——即使乘着贡多拉小船航行在霍奇米尔科古运河上时，一曲热烈奔放的流浪民谣也是必不可少的。图为美术馆。



成群结队的黑脉金斑蝶

7 金橙色蝴蝶织就的天幕覆盖在黑脉金斑蝶保护区 (Reserva Mariposa Monarca; 见665页) 的山坡和森林之上, 这也许是墨西哥最令人吃惊的年度自然奇迹。你可以根据迁徙时间来规划行程: 每年11月到次年3月间, 金斑蝶从寒冷的北美五大湖迁徙来过冬, 它们覆盖了地表, 悬挂在树枝上, 仿佛让世界浸染在无尽的夕阳余晖之中, 这是地球上最壮丽的迁徙奇观之一。



巴亚尔塔港

8 位于雨林覆盖的山脉和北美第二大海湾之间, 巴亚尔塔港是墨西哥最令人向往的太平洋度假地 (见554页), 它无与伦比的自然环境和轻松活跃的氛围吸引了无数美食家、购物狂、户外爱好者以及各国同性恋群体。离城一个小时的距离, 你就可以找到一处僻静的海滩晒太阳、在马德雷山 (Sierra Madre) 上骑马、观鲸、潜水, 或是钓上一条足以在日后闲聊时吹嘘的大鱼。图为巴亚尔塔港罗曼蒂卡区 (Zona Romántica)。

购买手工艺品

9 墨西哥的artesanías (手工艺品) 色彩鲜艳、种类繁多, 它们既有源自前西班牙殖民时期贵族的华丽服饰和精美陶瓷, 也有老百姓纯手制作的日常服饰、篮子和陶罐。不管你在城里逛街、在市场淘货还是拜访村里的作坊, 这些陶艺家、织工、雕刻工和皮匠的技巧、创造力和色彩表现力既会让你感到赏心悦目, 也会勾起你的购买欲望。