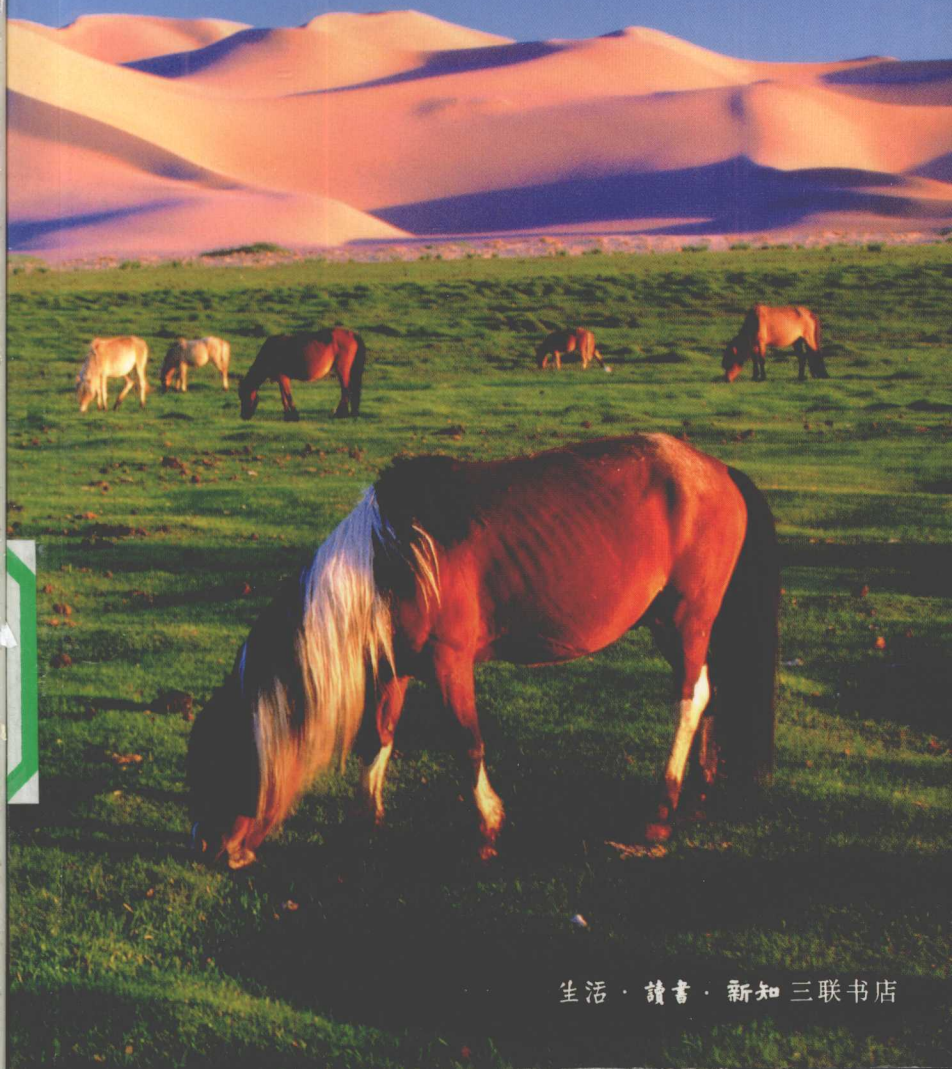


lonely planet

旅行指南系列

蒙古



生活·讀書·新知 三联书店

蒙古

Michael Kohn

库苏古尔湖(见 141 页)
一个巨大的高山湖, 群山和西伯利亚森林环绕四周, 这里是骑马旅行的出发地。

哈尔黑拉山和图尔根山(见 224 页)
地势崎岖, 有高山、冰川和为游牧民提供夏营盘的山谷。

达尔哈德洼地(见 148 页)
这里是探险目的地, 可以徒步前往驯鹿牧地。

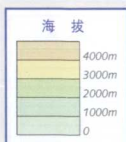
阿尔泰塔万博格多国家公园
(见 214 页)
一个多姿多彩的公园, 有古代雕像、坟头、高山湖泊和冰川覆盖的山峰, 非常适合徒步游。

鄂特冈滕格尔山(见 229 页)
一座神山, 有高山美景和徒步游路线。

后杭爱省(见 117 页)
露营、钓鱼和徒步游的好地方, 还有一座美丽的省会城市。

托布洪寺(见 116 页)
一座隐于山间的寺庙, 曾是扎纳巴扎尔的修行之地。

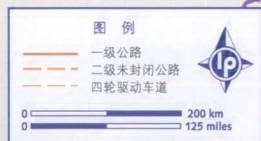
古尔班塞汗国家公园(见 193 页)
有冰雪覆盖的峡谷, 巨大的沙丘和高耸入云的山峰, 山峰周围则是化石满地的沙漠。



CHINA

庆宁寺 (见 130 页)
一座迷人的寺庙, 也是伟大的雕刻家扎纳巴扎尔最后的安息地。

戈尔黑特热勒吉国家公园 (见 98 页)
一座容易到达的公园, 不仅有最棒的蒙古包露营地, 还有适合骑山地自行车和骑马的多条路线。



RUSSIA

肯特省 (见 153 页)
这里有森林, 湖泊和小木屋, 也是成吉思汗饱经磨难的地方。

蒙古东方省严格保护区 (见 161 页)
有辽阔的草原和奔驰的瞪羚, 是亚洲的塞伦盖蒂大草原。



达里甘嘎 (见 168 页)
草原、火山渣、沙丘、湖泊和瞪羚羊群组成的独特生态系统。

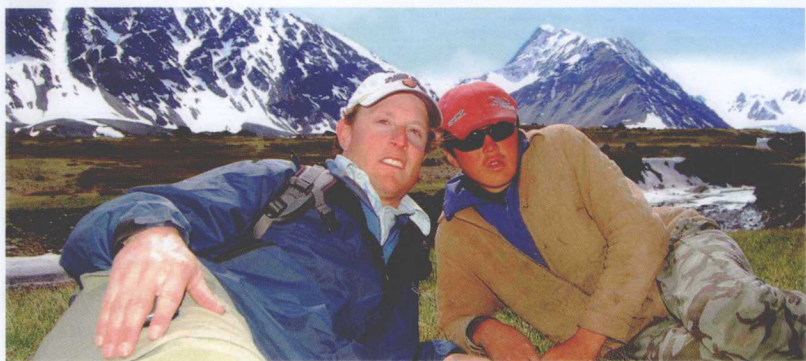
乌兰巴托 (见 60 页)
一座国际性大都市。有数不清的寺庙、博物馆、五花八门的餐馆和令人眼花缭乱的剧院。

中戈壁省 (见 181 页)
有丰富的生态旅游活动, 如骑骆驼、攀岩, 还有“从蒙古包到蒙古包”(Ger to Ger) 项目的徒步游。

CHINA

BEIJING

在路上



MICHAEL KOHN 统稿作者

带我们游览塔万博格多峰 (Tavan Bogd, 见 214 页) 的导游是一位来自图瓦族 (Tuvan) 的青年, 名叫钢巴特尔 (Ganbaatar)。尽管没有携带任何食物、饮水和御寒衣物, 钢巴特尔仍然带领我们走进大山, 在山上你可以看到暴风雨就在你的头顶。当我们到达第一座冰川的时候, 浓云散去, 映入眼帘的是一个由山峦和冰川形成的令人叹为观止的圆形剧场。

我最喜爱的旅程

一个人、一只鹰和一匹马合在一起, 就是中世纪时的杀伤性武器 (WMD), 这就是我想看到的。这支令人难以置信的狩猎团队——猎鹰人——只会在神秘的巴彦乌列盖省 (Bayan-Ölgii) 出现, 狩猎活动也只是在冬季。从乌兰巴托 (Ulaanbaatar) 乘坐螺旋桨飞机, 经过 4 小时的旅程, 我将降落在乌列盖 (Ölgii), 然后继续西行, 当时气温为 20°C, 之后抵达阿尔泰塔万博格多国家公园 (Altai Tavan Bogd National Park), 在那里六位当地人骄傲地向我展示他们的鹰。他们邀请我加入他们的狩猎活动, 还为我提供了一匹马, 我骑马跟随他们穿越峡谷沟壑, 追寻猎物。夜间, 我们一起进

餐, 晚餐就是煮熟的羊肉, 一起围坐在火炉周围驱寒取暖。十天过去了, 所有的脚趾都已麻木, 终于见证了一次猎杀——两只金色的鹰从天空俯冲直下, 直奔一只不幸的狐狸。我本人不是猎人, 却有幸亲眼目睹古老的猎杀活动, 几千年来这种活动从未发生任何变化, 而且马可·波罗 (Marco Polo) 曾对其作过描述, 这实在是太壮观了。

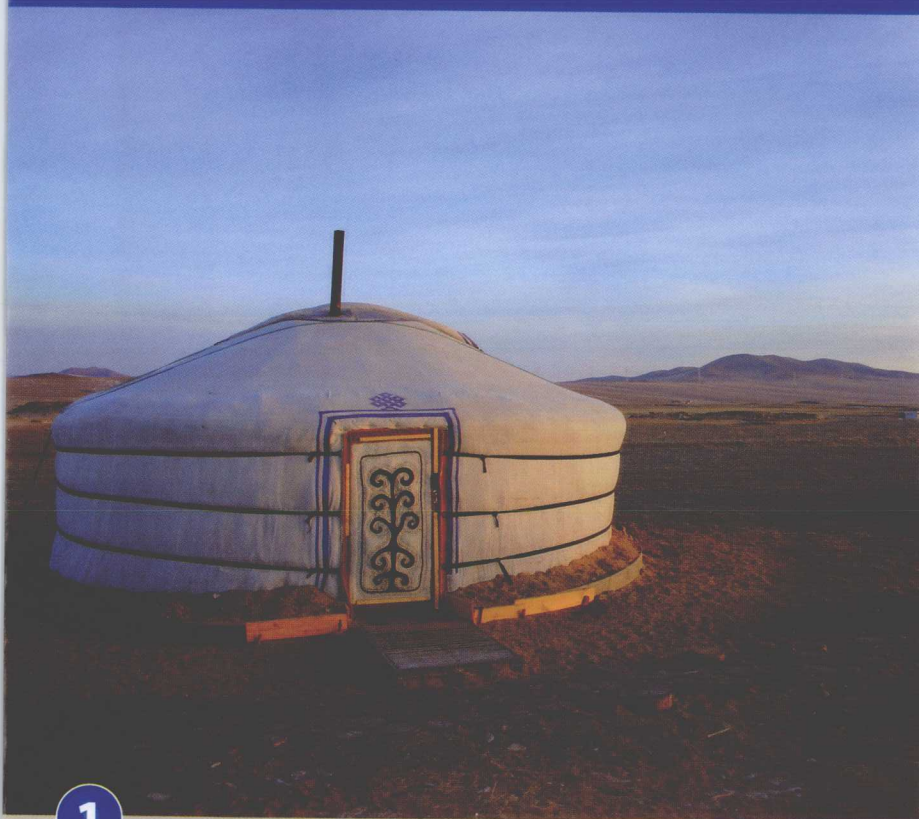
作者简介

迈克尔于 1997 年末第一次前往蒙古, 他当时受雇于乌兰巴托《蒙古人信报》(Mongol Messenger)。他在这家报纸工作了 3 年, 期间做过联合通讯社 (Associated Press) 和英国广播公司 (British Broadcasting Corporation, 简称 BBC) 的自由撰稿人, 在“蒙古之声” (Mongol Radio) 一个脱口秀节目表演, 在一部蒙古电影里扮演一位主角, 还曾客串当地电视台的新闻播音员。他的旅行遍布 21 个省, 有时候骑自行车或搭乘载有绵羊的卡车, 有时候会与当地政客或外交官一同乘坐直升机或悍马军用车 (Humvee)。迈克尔写的关于蒙古文化、政治和历史的文章出现在《纽约时报》(New York Times)、《华尔街日报》(Wall Street Journal) 和《旧金山纪事报》(San Francisco Chronicle)。他还是 Dateline Mongolia 和 Lama of the Gobi 这两本书的作者。登录网站 www.michaelkohn.us 可以查询到关于迈克尔的信息。



蒙古亮点

蒙古的精华不只在博物馆或艺术馆。它还存在于游牧家庭的笑容里，存在于戈壁落日的余晖中，或者存在于鞍马劳顿一整天之后所燃起的篝火散发出的温暖里。蒙古人民的亲切和慷慨似乎与当地自然环境的严峻格格不入。



1

重回大草原

NIGEL NEAL

只能通过地面的凹凸来识别通往我们驻扎的蒙古包营地的“路”；尽管路程还不到 100 公里，却花费了我们 3 小时。我们到达一片开阔处，褐色的土地上零散地分布着 12 座圆形的蒙古包，蒙古包周围零星点缀着小块的积雪和冰块。所有的蒙古包都是一个样子：直径 7 ~ 8 米，一根细烟筒从圆锥形的顶部伸出。刚一进蒙古包，我们就为以下三点惊讶不已：内部光线明亮、色彩艳丽；内外有着明显的温差（外部 10°C，内部可能会达到 30°C）；同住一个蒙古包的那对夫妇和我们一样是新西兰人。清晨不得不去厕所，但是由于蒙古包内太舒适（内部 20°C），出去上厕所也变得异常迅速。

Nigel Neal, Lonely Planet 职员



2

萨满舞蹈 (SHAMAN DANCE)

CHRISTOPH & FRIENDS / DAS FOTOARCHIV / ALAMY

当时我在蒙古东部的一个小村庄，一位妇女问我是否见过一位长得胖胖的名叫次仁 (Tsereng) 的萨满人。我回答说没有，然后她指向远方的丘陵——暗示我应该拜访一下这位萨满人。当然，我决定马上出发。我先搭了一段便车，然后步行，发现自己迷路了，夜间在帐篷露营，最终于第二天找到了次仁的住所。一群萨满人聚集在一起，在次仁的指导下学习，在我短暂的停留期间，我看到了原生态的萨满舞蹈——简直迷人极了。对我来说，这充分证明最佳的冒险之旅是那些计划之外的旅行。

Michael Kohn, Lonely Planet 作者

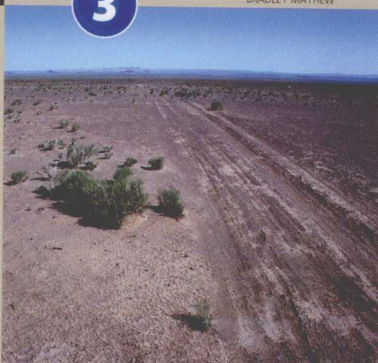
极度孤独

在戈壁，南戈壁省 (Ömnögov, 见 189 页) 的人口密度为每平方公里 3 人。伫立在那里，你是视力所及范围之内唯一的制高点。竖起你的耳朵倾听，你能听到的仅仅是你的呼吸。审视你的内心，你唯一能感觉到的是宁静。

miss_laurence,
Bluelist 撰稿人

BRADLEY MAYHEW

3



4

你怎么称呼蒙古的“泰格·伍兹” (TIGER WOODS)?

ANDRE TOLME

蒙古人独有的个性中，最持久的是他们无限的信心。大部分蒙古人都不怯于参加任何活动，不管是关于汽车、畜牧还是高尔夫的。的确，甚至是高尔夫 (见 238 页)。我只用我的三支球杆做了几次示范，当地人 (包括老人和年轻人) 就已经排好了队，等着有机会自己亲自击打。尽管我的这些高尔夫俱乐部学员击球经常击到裸露的石头地面，但是一两个人却时不时地打出一些令人印象深刻的球。这里有如此广袤的高尔夫球场和充满信心的民族，如果下一个伟大的高尔夫球手来自这片西伯利亚大草原，请不要感觉奇怪！

Andre Tolmé, 著有《蒙古高尔夫》(I Golfed Across Mongolia), www.golfgomongolia.com

敖包献礼

我们在一个敖包前面停下来，这里有一处蒙古石冢。当时那里正在进行一场宗教典礼，这种仪式早在佛教和萨满教出现之前就已经存在了。围绕这堆石头转了三圈之后，人们在山顶向神灵和祖先表达感激之情，感谢他们保护了这片土地。这还能给你带来幸运。一定要热爱成吉思汗(Chinggis Khaan)，还要献上祭品。

luppy2, Bluelist 撰稿人

BRADLEY MAYHEW

5



恐龙沙漠

在戈壁沙漠荒凉的西部，Nemegt 起伏的峡谷和高原是恐龙之乡(见 192 页)。到达那里十分困难：2007 年 8 月我们乘坐米高扬 Mi8(Mikoyan Mi8)直升机抵达这里，这是一种老式的俄罗斯军用运输机，这次旅行对我们来说是非常奢侈的。如果你不能像我们一样，那你只能长途驾车来到这里。这是一次有价值的旅行，我们营地旁边由蒙古和加拿大古生物学家组成的考古队刚刚发掘出一具小恐龙的骨骼化石，这具化石弓背俯于一窝刚刚产下的恐龙蛋上面，做出对其保护的姿态。他们的兴奋显而易见，一位古生物学家解释说：“发现的恐龙化石仅有极少数是与自己产的卵在一起的。”

托尼·惠勒(Tony Wheeler),
Lonely Planet 创始人

CATHLEEN NAUNDORF

6



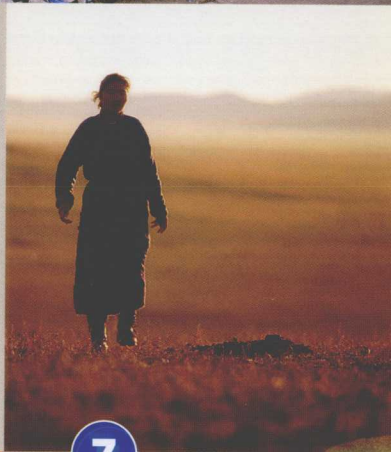
7

西伯利亚 大草原的日落

JERRY GALEA

蒙古以其广阔干燥的草原而闻名，这里还是一处寻找田园风情和奇特景观的好去处。比如蒙古北部的仁钦隆勒小镇(Renchinkhumbe, 见 149 页)。坐在 Saridag Inn 的阳台上，我注视着夕阳从远方冰川覆盖的山川落下。

sjeffs, Bluelist 撰稿人





8

拥挤在货车里

BRIAN CRUICKSHANK

在蒙古搭车旅行从来都不会太快，却令人惊异。你会因为某个牧民聚居地而停留，会因为某个聚会或者貌似聚会而停留，会因为不得不品尝的马奶酒（airag，一种发酵的马奶）而停留，这里有无数个让你驻足的理由。但是当我们衣着不太讲究的司机将满载乘客的拉达（Lada，一种名牌车）停在森林当中一座山上的时候，我们仍不确定将会看到什么。其他人用嘴向我们示意，然后直接朝森林走去。我们才知晓我们要搜寻野草莓——小孩告诉我们在哪里可以找到。我从来没有吃过这么小巧、甜美的草莓。

Steve Waters, Lonely Planet 职员

特特勒吉 (TERELJ) 的传统

在冰雪覆盖的特特勒吉地区的一个蒙古包度过一夜之后，我们步行到达附近的一个小村庄，这里有两三家店铺。一个蒙古人从森林里骑马出来，他当时身穿漂亮的传统服饰。当我们通过手语邀请他拍几张照片时，他和他的马儿骄傲地摆出各种姿势予以配合。

Warren 和 Diana Garrett,
澳大利亚，旅行者

JERRY GALEA

9



10

旅行中的又一站

MICHAEL KOHN

蒙古人的盛情（见 35 页）有时候也很危险。我曾经被邀请参加那达慕节（Naadam Festival）的赛马比赛。在蒙古包（这家人负责接待我）内我遇到一位兄弟，他敬了我两杯伏特加。他告诉我他是一家金矿的主管，这家金矿是与俄罗斯人合资的。我注意到伏特加酒里还有微小的金粒。由于了解当地习俗，因此我喝下了这两杯酒。主人对我的表现十分满意，因此又为我斟满了一杯。很快我就发现我在与一个酒量两倍于我的人比赛喝酒，而且对手很了解喝酒的技巧。我对自己能否存活下去并不感到乐观，但是礼节使我没有退路。我们喝了数轮（我已经记不清多少轮了）。但是奇迹发生了，主人首先喝晕了，像一个疯子一样跑出了蒙古包，爬上了附近的山坡。我真是太幸运了，在表达了歉意之后我一摇一晃地回到我的住处，此时意识到我还活着。

Daniel McGlone, 澳大利亚，旅行者

托尼·惠勒致中文版读者

1972年我离开伦敦，准备花一年的时间周游世界。那一年，我刚25岁，而我的妻子莫琳只有22岁。我们没什么钱，也根本没有想到这是一次多么漫长的旅程，远远超过当初预计的一年。事实上35多年后，我们依然在路上。

就在这条没有尽头的旅途中，我们创建了Lonely Planet，今天它已经发展成为世界上最大的一家旅行指南出版公司。这一路我们曾经历了太多的风风雨雨，起起落落。6个月后当我们穿越欧亚两洲到达澳大利亚悉尼时，我们的全部家当只剩下了27澳分(约合2元人民币)。但不管怎样，在这条路上我们度过了真正幸福的时光。

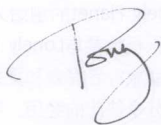
一次又一次，我们认识到旅行不仅是世界上最大的产业，同时还可以让一个国家的人民去认识另一个国家的人民。一次又一次，我们发现素不相识的陌生人对于在路上的旅人会表现出难以置信的友善和乐于助人。我们也发现自助旅行是旅行的最佳方式，这时，你不再是一个旅游团中面目模糊、毫无个性的一位，你是一个独立的个体，你所有的交流和所有的友谊，都将是由你——一个独立的人，去和另一个人直接发生联系。

此外，旅行比你想象的要容易。我只会说一点点汉语，然而我却游遍了中国，一点障碍都没有。在汽车站，会有人卖给我车票；在餐馆，会有人把饭菜摆在我面前；在旅馆，会有人帮我找房间。当你在中国境外旅游时，你会发现我所遇到过的这些事情同样会发生在你的身上。

这个世界是如此广阔，如此美丽。来吧，来感受它吧。

Lonely Planet 出版公司共同创始人

托尼·惠勒(Tony Wheeler)



LONELY PLANET 的故事

Lonely Planet 的传奇首先源自于一次经典的探险旅行，那是1972年，年轻的托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇从伦敦出发，穿越欧亚大陆到达澳大利亚。到达澳大利亚之后，由于有很多想要自助旅行的人不断询问他们此次旅行的情况和遇到的各种问题，因此他们决定写一本旅行手册，以满足更多人的需求。第一本Lonely Planet旅行指南——《便宜玩转亚洲》(*Across Asia on the Cheap*)是在厨房的饭桌上完成的，之后托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇亲自到当地的书店上门推销。这本书一面世，立即成了畅销书。

接着，他们又用了18个月的时间重访东南亚，这次旅行诞生了第二本手册——《东南亚》(*Southeast Asia on a Shoestring*)，后来成为同类书中最受欢迎的一本。直到今天这本书仍在销售，已经更新到了14版，但封面一直保留着独特的黄色(当年第一版的时候，这本书在全世界被亲切地称为“黄色圣经”)。

从厨房餐桌起步的Lonely Planet 如今已成为世界上最大的独立旅游出版社。目前，Lonely Planet在澳大利亚墨尔本、美国奥克兰、英国伦敦设有自己的办事处，400多名员工全都是热爱旅游的旅行者。

现在，Lonely Planet已出版了600多种旅行指南，涉及范围几乎覆盖了全世界的每个角落，产品在200多个国家销售，是欧洲、英国、美国和亚洲一大洋洲地区旅行指南的首选品牌。Lonely Planet旅行指南系列定位全球，提供准确、详细、可信的信息，书中的所有信息都是由来自40多个不同国家的350多名专业作者亲身到当地调查所得，并撰写成书的。Lonely Planet旅行指南已经陪伴世界上数千万的旅行者踏上了他们的旅程。旅行者信赖Lonely Planet，是因为Lonely Planet 的先驱精神，因为Lonely Planet可以提供有深度的目的地介绍，因为Lonely Planet的指南非常实用，而且能提供宝贵的旅行小窍门，还因为Lonely Planet坚定不移地保持其独立性。Lonely Planet旅行指南不含任何广告，它是由旅行者写给旅行者的，通过论坛和每周1000封的来信，它和旅行者保持着极为紧密的联系。

如今Lonely Planet的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇每年仍然花几个月的时间四处旅行，并依旧积极地参与Lonely Planet旅行指南的制作。Lonely Planet的重点仍然放在自助游上，以便帮助旅行者探索和更好地理解这个世界。Lonely Planet热切地期望能帮助人们走到一起，共同分享彼此的经历，丰富每个人的生活。同样，Lonely Planet希望中文版的出版能鼓励中国的旅行者去探索世界，帮助他们获得属于他们自己的旅行经历，更好地与同样在旅途中的其他人进行沟通。

Lonely Planet相信，旅行者可以为他们拜访的国家做出积极的贡献，他们可以去欣赏和了解这个国家的文化、野生动植物和自然风光，还可以在当地社区消费以帮助当地的经济。此外，Lonely Planet每年都会将收入的一部分捐赠出来，这些基金用于非洲的救荒行动、印度的援助项目、中美洲的农业项目以及绿色和平行动。

如何使用本书

使用Lonely Planet旅行指南最让人开心的，就是你可以选择任何自己喜欢的旅行方式。Lonely Planet相信，旅行中最难忘的经历往往是那些出乎你意料的事情，而最激动人心的发现也往往源于你自己亲身的寻觅。旅行指南不是教科书，旅行的主人是你自己。

关于内容

所有Lonely Planet旅行指南系列的形式基本一致。开头的章节是由专家撰写的关于目的地的历史、环境、文化等背景介绍。之后的“出行指南”提供了多方面的出行信息，如签证、货币、通讯、营业时间和住宿的选择；“健康指南”部分，关注呵护着你的出行健康；“交通指南”部分，为你的旅途提供了各种交通的信息。由于每个目的地情况各异，每本书的章节(书的主要部分)划分也有所不同，但形式是一致的。总是以背景开始，接着是介绍景点、住宿、餐饮、娱乐、购物、到达和离开，以及目的地周边的相关信息(“四处走走”)。

关于标题

Lonely Planet旅行指南系列的标题有着严格而标准的递进结构，就像你所熟悉的俄罗斯套娃一样，一环套一环。每个标题及其所引领的下文都包含在更高一级的标题下。

如何开始使用

使用Lonely Planet旅游指南，并不需要从头读到尾，旅行者可以有针对性地选择重点，获取自己所需的信息。

你可以从“目录”和“索引”入手，这样可以方便地快速查看自己需要的信息。

也可以从书前的彩色地图入手，这些都是目的地的亮点，并在具体内容章节中有更详细的介绍。介绍每一个大的区域前，通常都以定位地图和另一个该地区特有的“亮点”列表作为开头。一旦你在“亮点”列表中发现感兴趣的项目，就可以利用书中提示的页码，查到更详细的描述；或者使用“索引”，寻找更详细的内容。

关于地图

地图在Lonely Planet旅行指南系列中扮演着极为重要的角色。每一本书中都囊括了大量有价值的地图。

地图上的图例在封二有说明，容易查找。同时Lonely Planet尽力保持了地图和文字间的联系，正文中出现的每一个重要地点都会相应地出现在地图上。利用坐标，可以很容易地找到你想找的地点。

虽然导游书中提及的内容总是带有推荐的意味，但我们不可能把所有值得推荐的好地方都列出来。没有介绍的地方，并不意味着不好，而是由诸多原因造成的，也许可能仅仅是因为不适合鼓励旅行者前往，或许这些地方需要你自己去体验与发现。

目录

在路上	4	蒙古中部地区	95
蒙古亮点	5	中央省	98
目的地：蒙古	15	宗莫德	99
旅行准备	16	博格多汗山严格保护区	100
旅行线路	20	松吉瑙海尔汗山	102
历史	24	母亲石	102
文化	33	纳来哈	103
餐饮	42	特热勒吉地区	103
环境	47	嘎楚尔特	107
蒙古户外游	53	钦格勒特山	108
乌兰巴托	60	巴彦珠尔赫山	108
历史	61	汗德盖特	108
方位	61	呼斯泰音国家公园	108
实用信息	61	前杭爱省	109
危险和麻烦	65	阿尔拜赫雷	110
景点	66	奈曼湖	111
活动	74	呼吉尔特	111
徒步游	74	山赫寺	112
课程	75	哈拉和林	112
团队游	76	哈拉和林西部	116
节日和重大活动	77	哈拉和林东部	117
住宿	78	后杭爱省	117
就餐	81	车车尔勒格	117
饮品	85	臣赫尔温泉	119
娱乐	86	额吉湖	120
购物	88	哈尔巴勒嘎斯	120
到达和离开	90	库尔特勤纪念碑	120
四处走走	93	泰哈尔岩群	120
		科尔戈—特尔欣查干湖	120
		国家公园	120
		特尔欣查干湖周边	122
		蒙古北部地区	123
		色楞格省	126
		苏赫巴托	126
		阿勒坦布拉格	128
		杜兰汗	128
		达尔汗	128
		庆宁寺	130
		布尔干省	132
		额尔登特	132
		布尔干市	135
		布尔干周边	137
		达欣其楞	138

库苏古尔省	138
木伦	139
乌希金乌贝尔山	141
库苏古尔湖国家公园	141
钱德曼温都尔	148
钱德曼温都尔周边	148
达尔哈德洼地	148
木伦至特尔夫查干湖	150

蒙古东部地区 152

肯特省	153
温都尔汗	156
德勒格尔汗	157
浩赫湖	158
巴勒丹巴拉伊班寺	158
额格勒格钦石墙	159
宾德尔和巴特希雷特	159
布尔汗哈勒敦山	159
达达勒	160
东方省	161
乔巴山	162
赫尔楞巴尔城	164
成吉思汗边墙	164
乌格塔木山	165
浩赫湖	165
楚伦浩饶特	165
贝尔湖	165
桑根达赖湖	166
哈勒欣河	166
苏赫巴托省	166
西乌尔特	167
苏赫巴托县	168
达里甘嘎	168

使命：蒙古 169

希林博格多山	178
希林博格多山周边	178
勒哈钦班达德山	
自然保护区	178

戈壁区 179

中戈壁省	181
曼达勒戈壁	181
小嘎兹林岩群	183

浩赫布尔德庙	183
额尔德尼达赖	183
翁金寺	183
大嘎兹林岩群	184
乌兰苏布拉嘎	184
东戈壁省	184
赛音山达	185
赛音山达以南	187
扎门乌德	188
赛音山达以北	189
乔伊尔	189
南戈壁省	189
达尔扎德嘎德	189
汗博格多	191
布尔干	192
巴彦扎格	193
古尔班赛汗国家公园	193
巴彦洪戈省	195
巴彦洪戈市	195
嘎鲁特大峡谷	197
沙尔嘎勒珠特	198
巴彦戈壁	198
巴彦戈壁周边	198
本查干湖	199
阿马尔布彦特寺	199
额欣郭勒	199
戈壁阿尔泰省	199
阿尔泰	200
贝格尔	202
埃季海汗山	202
苏台山	202
大戈壁严格保护区	202

蒙古西部地区 204

巴彦乌列盖省	205
乌列盖	208
查木巴嘎拉布山国家公园	212
陶勒包湖	213
陶勒包至布尔干	213
索高格	213
阿尔泰塔万博格多	
国家公园	214
科布多省	216
科布多市	216
哈尔乌苏湖国家公园	219

臣赫林洞	220
蒙赫海汗汗国家公园	220
乌布苏省	220
乌兰固木	221
乌布苏湖	223
巴彦湖	223
乌兰固木至乌列盖	223
哈尔黑拉山和图尔根山	224
浩赫湖	225
哈尔乌苏湖	225
阿奇特湖	225
吉尔吉斯湖国家公园	225
扎布汗省	226
乌里雅苏台	226
扎嘎斯泰音山口	229
鄂特冈腾格尔山	
严格保护区	229
陶松臣格勒	229
台勒门	229
扎布汗省西部	230
二连湖	230

出行指南 231

使领馆	231
签证	231
保险	233
海关	233
危险和麻烦	234
优惠卡	235
住宿	235
活动	237
气候图	239
工作时间	239
节日和重大活动	240
假日	240
食品	240
上网	240
法律事务	241
地图	241
货币	241
摄影摄像	242
邮政	242
购物	243
电话	243
时区	244

公厕	244
旅游信息	244
带孩子旅行	244
独自旅行者	245
同性恋旅行者	245
残障旅行者	245
女性旅行者	245
打工	245

交通指南 247

到达和离开	247
入境	247
飞机	247
陆路	249
四处走走	256
飞机	256
自行车	257
船	257
公共汽车	257
骆驼和牦牛	257
小汽车和摩托车	257
搭便车	257

骑马	258
当地交通	258
小型面包车和吉普车	258
出租车	263
火车	264

健康指南 265

出发前	265
保险	265
建议接种的疫苗	265
参考网站	265
旅途中	266
深度静脉血栓	266
时差反应和晕车(船/机)	266
在蒙古	266
可获得的医疗及费用	266
传染性疾病	266
旅途腹泻	268
环境引发的疾病和不适	268
传统医药	269

语言 270

住宿	270
交谈必备语	270
方位	272
语言障碍	273
数字	273
购物和服务	274
交通	274

术语表 275

幕后 277

记事本 278

索引 279

世界时区表 291

地图图例 292

目录分区图



目的地：蒙古

这里土地广袤，风景各异，有荒凉的沙漠，有白雪皑皑的山峰，有雄峻的峡谷，有波光粼粼的湖泊。其间点缀着游牧部落毡制蒙古包，有时还会听到雄鹰的鸣叫。这里还有佛教寺庙、神秘的遗址、品种繁多的野生动植物和传说中热情好客的人们。最重要的还是这里的征服者，他白手起家，最终却改变了历史。

如果这些描述令你对于一个从未到过的国家印象如此深刻，那么你还需对新蒙古进行发掘探索。除了以上所述，这里还有网吧、用手机通话的牧民、曼哈顿式的鸡尾酒吧、原生态的蒙古包和素食餐馆。往返于和平大街的悍马军用车可能会让成吉思汗非常嫉妒。

东欧剧变之后，蒙古政权进行了彻底变革，开始向外部世界开放。古老的传统得到保留，自然环境完好无损，与此同时，蒙古在经济和文化上加强了与西方的联系。持有美国、澳大利亚或欧洲国家大学文凭的蒙古人并不鲜见。

蒙古建立了共和制，是一个民主自由的法治国家。选举是自由和平等的象征。持续的街头游行抗议迫使政策发生变化，从采矿法到公交费。

民主使外国投资者对这个国家有足够的信心，即使是在困难时期仍然如此。鼓励投资的法律已经吸引了世界采矿业的部分巨头来此投资，采矿业是蒙古经济改革的主要领域。尽管取得了进步，但是蒙古仍然面临许多经济和社会的挑战；它还是亚洲最贫困的国家之一，人均月工资低于 100 美元。

旅游业、采矿业和羊绒业已成为蒙古经济的主要支柱。基础设施的不完善和旅游旺季的短暂使游客接待量很小，但是持续增加的蒙古包营地开始吸引寻求生态游的游客。没有围栏和私有领地限制游客的旅行，蒙古最适合骑马、长距离骑车或徒步旅行，这里最适合飞蝇钓鱼、乘坐牛车或在星空下露营等休闲活动。

大部分游客来此参加那达慕大会，这是一场夏季运动会，持续两天时间，直到乌兰巴托（Ulaanbaatar）精疲力竭。但是蒙古独特的魅力永远是在它的乡村风情——你会发现自己已经属于这里，而不是做一名摔跤比赛的观众。在村庄之外很容易碰到游牧家庭，他们的好客简直令你盛情难却。

蒙古拥有年轻和受过良好教育的人民，这是一个很有希望的国家。每年的经济增长率高达 7.5%——主要由于中国对蒙古原材料的巨大需求。但是现在蒙古处于一个十字路口：如果随着经济的增长政府越来越腐败，少部分人变得富有而其他人却依然贫穷，这个国家永远也不会发挥出它最大的潜力。

作为旅游目的地，蒙古是户外活动和冒险活动爱好者喜欢的地方。在广阔的草原上前行、骑马，以及与游牧家庭一起宿营，这为你提供了一次感受简单生活方式的好机会。来到这里你会感觉精神充沛、神清气爽，这里是亚洲最后一块未开发的旅游目的地。

蒙古介绍

人口：2 576 000
(2007年)

GDP：人均2100美元。在182个国家和地区中排第125位

2007年主要出口产品：铜、羊毛、黄金、羊绒、皮革

识字率：98%

投票率：一般高于80%

马匹数量与人口比例：13:1

平均寿命：64岁

每年接受的经济援助：大约2.03亿美元

电话用户：156 000
部固定电话：
800 000多部手机

贫困线以下人口比例：36%

牲畜存栏量：3400
万头

旅行准备

蒙古的旅行形式多样，富有冒险色彩，简直令人着迷，可选择的余地非常大。由于有很多旅游景点值得参观，因此来蒙古的旅行者的日程安排都不是那么固定和刻板。

一次穿越乌兰巴托之外山川的马背旅行会历时8天，或者单独出发，或者随团而行，就算不会有更多收获的话，这种旅行至少与驾车游览该国诸多的著名景点所获得的相当。蒙古人民极大的热情和游牧文化令你的旅程变得与众不同；参观牧民的蒙古包是蒙古之行中重要的一部分，并不需要辛苦的探险。

要去蒙古旅行相当简单，简直令人惊讶，你只需提前与旅游组织者和酒店工作人员取得联系，提前做出一些安排。俄罗斯的西里尔字母(Cyrillic)在这里使用广泛，而且不难理解，因此路标相对来说也比较容易看懂。在乌兰巴托，能讲英语的人随处可见。这里的旅行费用可多可少，背包客应当做好比在南亚稍微多花一点点的准备；租用吉普车的费用另计。车辆抛锚、汽油短缺、极端天气和颠簸的道路是来这里旅行的挑战。但是这个国家非常美丽、安全和卫生；只要 you 有一点决心和勇气，在这里的任何旅行都会成为可能。

何时去

更多详情，参见气候图(见239页)。

蒙古拥有极端的大陆性气候；由于距海较远，气候不受任何海洋影响。只有在夏季这里才会乌云密布。这里湿度很小，阳光强烈。每年有260天都是晴天，蒙古是真正的“蓝天之国”。

旅游季节始于5月中旬。蒙古包营地的大门开始敞开，越来越多的游客来到这里。尽管5月上旬有时候还会下雪，尤其是在北部，但是天气一般都很晴朗。

6月的天气阳光灿烂，从中部到南部的广阔地区一般都很干燥。山区和北部仍然寒冷。

7月是观看那达慕大会(见91页)的时机。很不幸的是，7月是旅游旺季，这时候乌兰巴托的食宿紧张，脆弱的交通几近饱和。这时候你很容易找到游伴去参观城市之外的景观。这个月戈壁的温度会高达40°C。

8月北部和中部降水丰富。降水使河流水位上涨，大草原上碧草青青，同时降水使道路变得泥泞，滋生了大量蚊子。然而，8月仍是到蒙古旅行的好时节。

9月是另一个不错的月份。凉爽的天气使戈壁变得舒适，北部森林颜色的变化呈现出一幅幅引人入胜的图画。苍蝇和蚊子也开始逐渐销声匿迹。

别忘了……

- 一副双筒望远镜和一台数码单反照相机。蒙古地域广阔，在发现野生动物的时候这两件装备都能派上用场。
- 野营装备，帐篷、睡袋和其他装备在蒙古都可以买到，但是如果自带会节省部分资金。
- 唇膏、防晒霜、太阳镜和任何能够保护你不受蒙古恶劣的阳光、尘土和烈风伤害的东西。
- 相关旅行著作和书籍。
- 新版美元。2000年之前版的美元在这里很难兑换。
- 优质的牛排沙司、辣料包或罐装芥末酱用以调和煮羊肉的味道。
- 研究一下你的常用语手册。你会发现 Lonely Planet 的《蒙古语常用语手册》(Mongolian Phrasebook) 是一本很有价值的书。