



lonely planet

ON A SHOESTRING
东南亚

**小预算
大旅行**

当地生活的作者权威推荐
精心规划的跨国旅行线路
潜水、徒步、骑行活动指南
翔实的省钱以及美食攻略

 中国地图出版社

东南亚

on a shoestring

本书作者

尼克·雷 (Nick Ray) 伊莎贝尔·艾尔比斯顿 (Isabel Albiston)

格莱格·布鲁姆 (Greg Bloom) 里亚·德容 (Ria de Jong) 大卫·艾默 (David Eimer)

莎拉·里德 (Sarah Reid) 西蒙·里奇满 (Simon Richmond) 伊恩·斯图尔特 (Iain Stewart)

瑞恩·弗波克莫斯 (Ryan Ver Berkmoes) 理查德·沃特斯 (Richard Waters)

钱纳·威廉姆斯 (China Williams)

Myanmar

缅甸
508页

Laos

老挝 331页

Thailand

泰国 695页

Viet Nam

越南 868页

Cambodia

柬埔寨 69页

Philippines

菲律宾 588页

Brunei

文莱 56页

Malaysia

马来西亚 402页

Malaysia

马来西亚 402页

Singapore

新加坡 659页

Indonesia

印度尼西亚 155页

East Timor

东帝汶 844页

东南亚

中文第五版

书名原文: *Southeast Asia on a Shoestring*

(18th edition, Oct 2016)

© Lonely Planet 2017

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片提供者持有版权, 2017

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

东南亚 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编; 高华等译

-- 2 版. -- 北京: 中国地图出版社, 2017.12

书名原文: *Southeast Asia on a Shoestring*

ISBN 978-7-5204-0194-4

I. ①东… II. ①澳… ②高… III. ①旅游指南—东南亚 IV. ①K933.09

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 264059 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	32.25
字 数	1755 千字
版 次	2017 年 12 月第 2 版
印 次	2017 年 12 月北京第 2 次印刷
定 价	148.00 元
书 号	ISBN 978-7-5204-0194-4
审 图 号	GS (2017) 2970 号
图 字	01-2014-3844

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

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。

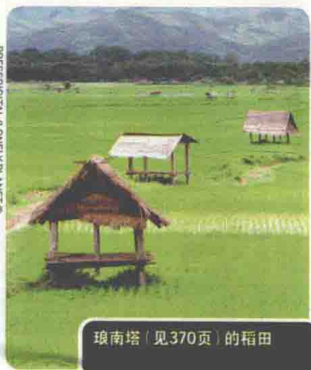
Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

计划你的行程

欢迎来东南亚	6
东南亚	8
东南亚Top 20	10
行前参考	20
初次到访	22
如果你喜欢	24
每月热门	27
旅行线路	31
精打细算, 尽享探险乐趣	40
活动	42
国家速览	52



乌布 (见217页) 的猕猴



琅南塔 (见370页) 的稻田

在路上

文莱	56	雅加达	158
斯里巴加湾市	59	茂物	171
淡布隆区	64	万隆	173
邦阿	64	庞岸达兰	174
乌鲁淡布隆国家公园	65	峇都卡拉斯	176
了解文莱	65	沃诺索博	177
生存指南	66	迪延高原	177
柬埔寨	69	日惹	178
金边	71	巴兰班南	185
丝岛	88	婆罗浮屠	187
洞里巴帝	88	梭罗 (苏拉卡尔塔)	188
他茅山野生动物保护区	88	玛琅及周边	192
暹粒和吴哥寺庙群	89	布罗莫火山	194
暹粒	89	文多禾梭	196
吴哥寺庙群	102	伊津高原	196
柬埔寨西北部	106	外南梦	198
马德望	106	巴厘岛	199
磅同	112	库塔和水明漾	202
南部海岸	114	长谷及周边	210
戈公市	114	布科半岛	211
戈公保育走廊	116	登巴萨	214
西哈努克市	117	沙努尔	215
南部群岛	124	蓝梦岛	216
贡布	126	乌布	217
波哥山避暑地	129	东海岸海滩	226
白马	129	塞马拉普拉	226
柬埔寨东部	131	塞德曼公路	226
磅湛	131	八丹拜	226
桔井	132	赞迪达萨	228
腊塔纳基里省	135	蒂尔塔冈加	228
蒙多基里省	138	巴都尔火山地区	228
了解柬埔寨	142	布拉坦湖地区	229
生存指南	147	姆杜克	229
印度尼西亚	155	罗威那和北部	230
爪哇岛	157	巴厘岛西南部	231
		巴厘岛西部	232
		佩佩德兰	232

目录

努沙登加拉群岛.....233	巴布亚.....310	怡保.....427
龙目岛.....234	查亚普拉.....310	槟城.....428
吉利群岛.....241	森达尼.....313	亚罗士打.....437
松巴哇岛.....249	巴列姆山谷.....313	加央.....438
科莫多岛和林卡岛.....251	索龙.....315	兰卡威岛(凌家卫岛)...438
弗洛勒斯岛.....253	拉贾安帕特群岛.....316	马来半岛
西帝汶.....261	了解印度尼西亚.....317	南海岸和东海岸.....440
松巴岛.....263	生存指南.....324	新山(柔佛巴鲁).....440
苏门答腊岛.....266	老挝.....331	丰盛港.....442
巴东.....269	万象.....333	刁曼岛.....443
武吉丁宜.....272	老挝北部.....346	关丹.....445
马宁焦湖.....275	万荣.....346	珍拉丁.....446
多巴湖.....276	琅勃拉邦.....351	瓜拉登嘉楼.....447
不拉士打宜.....279	琅多.....361	瓜拉勿述.....449
棉兰.....281	孟威诺.....363	停泊岛.....449
武吉拉旺.....284	丰沙湾.....364	哥打巴鲁.....451
唐卡汉.....285	石缸平原.....367	半岛腹地.....454
班达亚齐.....286	桑怒.....367	而连突.....454
韦岛.....288	芒咸.....368	塔曼奈加拉.....455
加里曼丹岛.....289	乌多姆塞.....369	沙巴.....457
西加里曼丹和	琅南塔.....370	亚庇
中加里曼丹.....290	会晒.....374	(哥打基纳巴卢).....458
东加里曼丹.....293	老挝中部和南部.....376	基纳巴卢山和
达拉湾岛.....293	通往拉绍的8号公路.....376	基纳巴卢国家公园.....466
苏拉威西岛.....294	他曲.....377	山打根.....468
望加锡.....295	沙湾拿吉.....381	西必洛.....470
塔纳托拉雅.....298	巴色.....383	基纳巴唐岸河.....471
丁直那.....302	占巴塞.....387	仙本那.....472
波索.....302	四千美岛.....389	仙本那群岛.....474
安帕纳.....303	了解老挝.....394	纳闽岛.....475
托吉安群岛.....303	生存指南.....397	沙撈越.....476
哥伦打洛.....304	马来西亚.....402	古晋.....476
万鸦老.....304	吉隆坡.....405	泗务.....487
布纳肯岛.....305	马来半岛西海岸.....417	拉让河.....489
托莫洪.....306	马六甲.....417	民都鲁.....490
马鲁古群岛.....306	金马伦高原.....424	尼亚国家公园.....491
安汶岛.....306		兰卑尔山国家公园.....491
班达群岛.....308		米里.....492

在路上

巫鲁山国家公园	494
柯拉比高原	496
了解马来西亚	497
生存指南	502
缅甸	508
仰光	511
三角洲、西海岸海滩和 仰光北部	534
勃生	534
勃固	535
东吁	537
卑谬	537
缅甸东南部	538
吉蒂喻山(大金石)	538
毛淡棉	539
比卢岛	541
帕安	541
土瓦	542
因莱湖和掸邦	543
因莱湖和良瑞	543
宾德亚	546
格劳	546
景栋	549
曼德勒及周边	549
曼德勒	550
眉谬	559
昔卜	561
蒲甘及周边	563
蒲甘	563
蒙育瓦	572
缅甸西部	572
实兑	572
妙乌	574
了解缅甸	577
生存指南	581

菲律宾	588
吕宋岛	592
马尼拉	592
科迪勒拉山脉	606
维甘	612
黎牙实比	612
民都洛岛	614
加莱拉港	615
罗哈斯	618
米沙鄢群岛	618
长滩岛	618
内格罗斯岛	624
锡基霍尔岛	626
宿务岛	627
保和岛	635
棉兰老岛	637
锡亚高岛	637
巴拉望岛	640
普林塞萨港	640
萨邦	642
巴尔通港	643
埃尔尼多	644
科伦	647
了解菲律宾	648
生存指南	652
新加坡	659
了解新加坡	688
生存指南	690
泰国	695
曼谷	697
泰国中部	721
大城	721
华富里	726
彭世洛	728
素可泰	730

甘烹碧	734
泰国北部	735
清迈	735
清莱	750
金三角	754
拜县	758
夜丰颂	760
湄萨良	762
泰国西部	763
北碧	763
桑卡拉武里	766
湄索	767
泰国东北部	769
呵叻 (那空叻差是玛)	770
考艾国家公园	771
帕依龙历史公园	773
素林	773
乌汶 (乌汶叻差他尼)	774
穆达汉	777
那空拍依	777
塔帕农	777
廊开	778
泰国湾东部海岸	780
阁沙湄岛(沙美岛)	780
庄他武里和达叻	782
阁昌岛(昌岛)	783
泰国湾南部海岸	787
华欣	787
巴蜀(巴差吉里甘)	789
春蓬	791
阁沙梅岛(苏梅岛)	792
阁帕岸岛(帕岸岛)	796
阁道岛(龟岛)	802
素叻他尼	806
合艾	807
安达曼海岸	808

了解东南亚

拉廊.....	809
阁昌岛(昌岛).....	810
阁帕延岛(帕延岛).....	811
考索国家公园.....	811
蔻立海滩及周边.....	812
素林群岛 国家海洋公园.....	813
锡米兰群岛 国家海洋公园.....	813
普吉岛.....	814
甲米镇.....	822
莱雷.....	824
皮皮岛.....	825
阁兰达岛(兰塔岛).....	828
阁德鲁道岛 国家海洋公园.....	830
了解泰国.....	831
生存指南.....	838

东帝汶.....844

帝力.....	847
阿陶罗岛.....	853
帝力以东.....	854
包考.....	854
包考以南.....	855
包考东南.....	856
包考以东.....	856
帝力以西.....	857
帝力以南.....	858
摩密西.....	858
哈图布伊里科和 拉美劳山.....	858
萨梅和贝塔诺.....	858
苏艾.....	859
欧库西.....	859
了解东帝汶.....	860
生存指南.....	864

越南.....	868
河内.....	872
越南北部.....	888
下龙湾.....	888
下龙市.....	889
吉婆岛.....	889
海防.....	893
巴贝国家公园.....	894
枚州.....	894
老街.....	894
北河.....	895
沙坝.....	896
奠边府.....	899
越南中北部.....	900
宁平.....	900
菊芳国家公园.....	901
丰芽-格邦国家公园.....	901
顺化.....	905
岷港.....	914
会安.....	917
东南部海岸.....	924
芽庄.....	924
美奈.....	930
西南部高地.....	933
大叻.....	933
胡志明市.....	938
古芝.....	950
西宁.....	950
湄公河三角洲.....	950
永隆.....	950
芹苴.....	950
朱笃.....	952
河仙.....	953
富国岛.....	953
了解越南.....	956
生存指南.....	963

今日东南亚.....	972
历史.....	974
民族和文化.....	978

生存指南

负责任的旅行.....	986
出行指南.....	990
交通指南.....	995
健康指南.....	1002
语言.....	1009
幕后.....	1016
索引.....	1018
地图图例.....	1028
我们的作者.....	1029

特别呈现

吴哥寺庙群.....	514
玉佛寺和大皇宫.....	516
顺化皇城内城.....	518
美食指南.....	520

东南亚

on a shoestring

本书作者

尼克·雷 (Nick Ray) 伊莎贝尔·艾尔比斯顿 (Isabel Albiston)

格莱格·布鲁姆 (Greg Bloom) 里亚·德容 (Ria de Jong) 大卫·艾默 (David Eimer)

莎拉·里德 (Sarah Reid) 西蒙·里奇满 (Simon Richmond) 伊恩·斯图尔特 (Iain Stewart)

瑞恩·弗波克莫斯 (Ryan Ver Berkmoes) 理查德·沃特斯 (Richard Waters)

钱纳·威廉姆斯 (China Williams)

Myanmar

缅甸
508页

Laos

老挝 331页

Thailand

泰国 695页

Viet Nam

越南 868页

Cambodia

柬埔寨 69页

Philippines

菲律宾 588页

Brunei

文莱 56页

Malaysia

马来西亚 402页

Malaysia

马来西亚 402页

Singapore

新加坡 659页

Indonesia

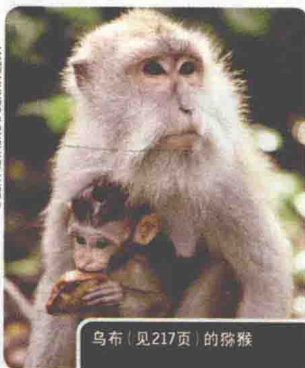
印度尼西亚 155页

East Timor

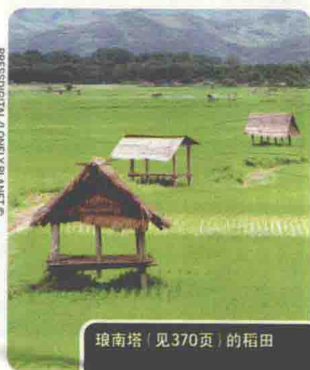
东帝汶 844页

计划你的行程

欢迎来东南亚.....	6
东南亚.....	8
东南亚Top 20.....	10
行前参考.....	20
初次到访.....	22
如果你喜欢.....	24
每月热门.....	27
旅行线路.....	31
精打细算， 尽享探险乐趣.....	40
活动.....	42
国家速览.....	52



乌布（见217页）的猕猴



琅南塔（见370页）的稻田

在路上

文莱	56	雅加达.....	158
斯里巴加湾市.....	59	茂物.....	171
淡布隆区.....	64	万隆.....	173
邦阿.....	64	庞岸达兰.....	174
乌鲁淡布隆国家公园.....	65	峇都卡拉斯.....	176
了解文莱.....	65	沃诺索博.....	177
生存指南.....	66	迪延高原.....	177
柬埔寨	69	日惹.....	178
金边.....	71	巴兰班南.....	185
丝岛.....	88	婆罗浮屠.....	187
洞里巴帝.....	88	梭罗（苏拉卡尔塔）.....	188
他茅山野动物保护区.....	88	玛琅及周边.....	192
暹粒和吴哥寺庙群.....	89	布罗莫火山.....	194
暹粒.....	89	文多禾梭.....	196
吴哥寺庙群.....	102	伊津高原.....	196
柬埔寨西北部	106	外南梦.....	198
马德望.....	106	巴厘岛	199
磅同.....	112	库塔和水明漾.....	202
南部海岸	114	长谷及周边.....	210
戈公市.....	114	布科半岛.....	211
戈公保育走廊.....	116	登巴萨.....	214
西哈努克市.....	117	沙努尔.....	215
南部群岛.....	124	蓝梦岛.....	216
贡布.....	126	乌布.....	217
波哥山避暑地.....	129	东海岸海滩.....	226
白马.....	129	塞马拉普拉.....	226
柬埔寨东部	131	塞德曼公路.....	226
磅湛.....	131	八丹拜.....	226
桔井.....	132	赞迪达萨.....	228
腊塔纳基里省.....	135	蒂尔塔冈加.....	228
蒙多基里省.....	138	巴都尔火山地区.....	228
了解柬埔寨.....	142	布拉坦湖地区.....	229
生存指南.....	147	姆杜克.....	229
印度尼西亚	155	罗威那和北部.....	230
爪哇岛.....	157	巴厘岛西南部.....	231
		巴厘岛西部.....	232
		佩母德兰.....	232

目录

努沙登加拉群岛.....233	巴布亚.....310	怡保.....427
龙目岛.....234	查亚普拉.....310	槟城.....428
吉利群岛.....241	森达尼.....313	亚罗士打.....437
松巴哇岛.....249	巴列姆山谷.....313	加央.....438
科莫多岛和林卡岛.....251	索龙.....315	兰卡威岛(凌家卫岛) ...438
弗洛勒斯岛.....253	拉贾安帕特群岛.....316	马来半岛
西帝汶.....261	了解印度尼西亚.....317	南海岸和东海岸.....440
松巴岛.....263	生存指南.....324	新山(柔佛巴鲁).....440
苏门答腊岛.....266	老挝.....331	丰盛港.....442
巴东.....269	万象.....333	刁曼岛.....443
武吉丁宜.....272	老挝北部.....346	关丹.....445
马宁焦湖.....275	万荣.....346	珍拉丁.....446
多巴湖.....276	琅勃拉邦.....351	瓜拉登嘉楼.....447
不拉士打宜.....279	琅多.....361	瓜拉勿述.....449
棉兰.....281	孟威诺.....363	停泊岛.....449
武吉拉旺.....284	丰沙湾.....364	哥打巴鲁.....451
唐卡汉.....285	石缸平原.....367	半岛腹地.....454
班达亚齐.....286	桑怒.....367	而连突.....454
韦岛.....288	芒咸.....368	塔曼奈加拉.....455
加里曼丹岛.....289	乌多姆塞.....369	沙巴.....457
西加里曼丹和	琅南塔.....370	亚庇
中加里曼丹.....290	会晒.....374	(哥打基纳巴卢).....458
东加里曼丹.....293	老挝中部和南部.....376	基纳巴卢山和
达拉湾岛.....293	通往拉绍的8号公路.....376	基纳巴卢国家公园.....466
苏拉威西岛.....294	他曲.....377	山打根.....468
望加锡.....295	沙湾拿吉.....381	西必洛.....470
塔纳托拉雅.....298	巴色.....383	基纳巴唐岸河.....471
丁直那.....302	占巴塞.....387	仙本那.....472
波索.....302	四千美岛.....389	仙本那群岛.....474
安帕纳.....303	了解老挝.....394	纳闽岛.....475
托吉安群岛.....303	生存指南.....397	沙撈越.....476
哥伦打洛.....304	马来西亚.....402	古晋.....476
万鸦老.....304	吉隆坡.....405	泗务.....487
布纳肯岛.....305	马来半岛西海岸.....417	拉让河.....489
托莫洪.....306	马六甲.....417	民都鲁.....490
马鲁古群岛.....306	金马伦高原.....424	尼亚国家公园.....491
安汶岛.....306		兰卑尔山国家公园.....491
班达群岛.....308		米里.....492

在路上

巫鲁山国家公园	494
柯拉比高原	496
了解马来西亚	497
生存指南	502
缅甸	508
仰光	511
三角洲、西海岸海滩和 仰光北部	534
勃生	534
勃固	535
东吁	537
卑谬	537
缅甸东南部	538
吉蒂喻山(大金石)	538
毛淡棉	539
比卢岛	541
帕安	541
土瓦	542
因莱湖和掸邦	543
因莱湖和良瑞	543
宾德亚	546
格劳	546
景栋	549
曼德勒及周边	549
曼德勒	550
眉谬	559
昔卜	561
蒲甘及周边	563
蒲甘	563
蒙育瓦	572
缅甸西部	572
实兑	572
妙乌	574
了解缅甸	577
生存指南	581

菲律宾	588
吕宋岛	592
马尼拉	592
科迪勒拉山脉	606
维甘	612
黎牙实比	612
民都洛岛	614
加莱拉港	615
罗哈斯	618
米沙鄢群岛	618
长滩岛	618
内格罗斯岛	624
锡基霍尔岛	626
宿务岛	627
保和岛	635
棉兰老岛	637
锡亚高岛	637
巴拉望岛	640
普林塞萨港	640
萨邦	642
巴尔通港	643
埃尔尼多	644
科伦	647
了解菲律宾	648
生存指南	652
新加坡	659
了解新加坡	688
生存指南	690
泰国	695
曼谷	697
泰国中部	721
大城	721
华富里	726
彭世洛	728
素可泰	730

甘烹碧	734
泰国北部	735
清迈	735
清莱	750
金三角	754
拜县	758
夜丰颂	760
湄萨良	762
泰国西部	763
北碧	763
桑卡拉武里	766
湄索	767
泰国东北部	769
呵叻 (那空叻差是玛)	770
考艾国家公园	771
帕依龙历史公园	773
素林	773
乌汶 (乌汶叻差他尼)	774
穆达汉	777
那空拍依	777
塔帕农	777
廊开	778
泰国湾东部海岸	780
阁沙湄岛(沙美岛)	780
庄他武里和达叻	782
阁昌岛(昌岛)	783
泰国湾南部海岸	787
华欣	787
巴蜀(巴差吉里甘)	789
春蓬	791
阁沙梅岛(苏梅岛)	792
阁帕岸岛(帕岸岛)	796
阁道岛(龟岛)	802
素叻他尼	806
合艾	807
安达曼海岸	808

了解东南亚

拉廊.....	809
阁昌岛(昌岛).....	810
阁帕延岛(帕延岛).....	811
考索国家公园.....	811
蔻立海滩及周边.....	812
素林群岛 国家海洋公园.....	813
锡米兰群岛 国家海洋公园.....	813
普吉岛.....	814
甲米镇.....	822
莱雷.....	824
皮皮岛.....	825
阁兰达岛(兰塔岛).....	828
阁德鲁道岛 国家海洋公园.....	830
了解泰国.....	831
生存指南.....	838

东帝汶.....844

帝力.....	847
阿陶罗岛.....	853
帝力以东.....	854
包考.....	854
包考以南.....	855
包考东南.....	856
包考以东.....	856
帝力以西.....	857
帝力以南.....	858
摩密西.....	858
哈图布伊里科和 拉美劳山.....	858
萨梅和贝塔诺.....	858
苏艾.....	859
欧库西.....	859
了解东帝汶.....	860
生存指南.....	864

越南.....	868
河内.....	872
越南北部.....	888
下龙湾.....	888
下龙市.....	889
吉婆岛.....	889
海防.....	893
巴贝国家公园.....	894
枚州.....	894
老街.....	894
北河.....	895
沙坝.....	896
奠边府.....	899
越南中北部.....	900
宁平.....	900
菊芳国家公园.....	901
丰芽-格邦国家公园.....	901
顺化.....	905
岷港.....	914
会安.....	917
东南部海岸.....	924
芽庄.....	924
美奈.....	930
西南部高地.....	933
大叻.....	933
胡志明市.....	938
古芝.....	950
西宁.....	950
湄公河三角洲.....	950
永隆.....	950
芹苴.....	950
朱笃.....	952
河仙.....	953
富国岛.....	953
了解越南.....	956
生存指南.....	963

今日东南亚.....	972
历史.....	974
民族和文化.....	978

生存指南

负责任的旅行.....	986
出行指南.....	990
交通指南.....	995
健康指南.....	1002
语言.....	1009
幕后.....	1016
索引.....	1018
地图图例.....	1028
我们的作者.....	1029

特别呈现

吴哥寺庙群.....	514
玉佛寺和大皇宫.....	516
顺化皇城内城.....	518
美食指南.....	520

欢迎来 东南亚

青翠丛林、繁华都市、逍遥海滩、险恶火山、古代寺庙、现代建筑、创意菜肴……东南亚一刻不停地散发着平易近人的异域风情。

鬼斧神工

在东南亚，水的力量刻画出许多独特的景观。树木繁茂的岛屿周围环绕着珊瑚礁，将笨重的海洋驯化为一汪湛蓝清泉；紧邻南海的越南海岸线是一派悠然景象，内陆高耸入云的喀斯特山峰则巍峨壮观。蜿蜒的湄公河从老挝北部的群山之间澎湃而出，朝地势平坦的湄公河三角洲奔流而去；在婆罗洲（加里曼丹岛），穿行于丛林里的混浊河流是最重要的交通要道；而从印度尼西亚和菲律宾的火山口往下望去，还能看到地球岩浆翻滚的内部。

精神寄托

东南亚的宗教氛围十分浓厚。天刚破晓，袅袅香烟从地面飘向天空，赤脚的僧侣接受人们的布施，清真寺里传来宣礼员的唤拜声，民居的神龛前摆好敬奉守护神祇的供果和鲜花。在东南亚，最恢宏的名胜都与宗教有关，从依照印度教宇宙论模式建造的吴哥，到万塔之城蒲甘，莫不如是。宗教渗透到日常生活的方方面面，旅行者们也可以前往禅修胜地来一场修行，或徒步踏上一条雾气弥漫的小路，去探访圣山上的金顶寺庙。

城市探险

东南亚的城市一只脚已踏入现代，但另一只脚还停在过去。曼谷是许多东南亚探险旅程的出发点，空中列车在购物中心之间来来往往，热气蒸腾的人行道上有摊贩招揽顾客。高效的新加坡则是亚洲现代化的明证。想要领略新旧结合的魅力，可以去金边的小巷、河内的老城区和仰光市中心，感受传统建筑、殖民时期瑰宝、现代元素的美妙组合。无论你到哪座城市，总能看到一幅熙熙攘攘的景象。

享乐天堂

在灼热烈日和清凉雨水的孕育下，东南亚的土地出产各种美味的水果、曾经比黄金还要珍贵的香料，以及这片地区的主食——稻米。从印度咖喱到中国点心，这里的饮食讲述了迁移与融合的历史。想要见识这个地区的民族多样性、领略他们富有感染力的精神和对生活的热爱，还有什么比得上在市场吃顿饭、在路边摊喝一杯呢？这一地区的发展日新月异，但日常生活中的刺激仍要到街头才体会得到。



我为什么喜欢东南亚

本书作者 尼克·雷 (Nick Ray)

1995年, 历时6个月的东南亚之旅让我爱上了这一地区, 这份感情至今没有减弱。乘船沿湄公河顺流而下, 骑着摩托车在丛林中探索, 在印度尼西亚的岛屿间穿梭, 这些都是早已有之的亮点, 不过新的亮点也层出不穷, 比如开启民主时代的缅甸、尚未获得旅行者关注的东帝汶等。东南亚的人民感情炽烈, 旅行体验令人难忘, 这里发生的故事后无来者, 在旅途中, 这片地区总会触动你的灵魂。

更多作者信息见1029页。

上图: 在越南的湄公河三角洲 (见950页) 划船

INDIA 印度 BANGLADESH 孟加拉国 INDIA 印度

孟加拉国
一望无际的古代寺庙 (563页)

清迈(泰国)
在这座文化之都学习烹饪
泰国料理 (735页)

琅勃拉邦(老挝)
令人肃然起敬的河滨城市
(351页)

下龙湾(越南)
宝石色海湾上的石灰岩塔
(888页)

丰芽-格邦国家公园(越南)
世界上最大的洞穴 (901页)

因莱湖(缅甸)
宁静的湖畔人家 (543页)

曼谷(泰国)
火力全开的放纵之都 (697页)

吴哥窟(柬埔寨)
献给神祇的不朽纪念 (102页)

巴厘岛(印度尼西亚)
无忧无虑的海滩和丰富多彩的文化 (199页)

圣诞岛(澳)

吉利群岛(印度尼西亚)
三大海滩乐园 (241页)

安达曼海
Myeik (Mergui) Archipelago
丹老群岛

曼谷
Krung Thep (Bangkok)
曼谷

金边
Phnom Penh
金边

河内
Ha Noi
河内

会安
Hoi An
会安

南沙群岛
Nansha Qundao
南沙群岛

西沙群岛
Xisha Qundao
西沙群岛

中沙群岛
Zhongsha Qundao
中沙群岛

东沙群岛
Dongsha Qundao
东沙群岛

海南岛
Hainan Dao
海南岛

南中国海
South China Sea
南海

印度洋
Indian Ocean
印度洋

马来西亚
Malaysia
马来西亚

印度尼西亚
Indonesia
印度尼西亚

文莱
Brunei
文莱

菲律宾
Philippines
菲律宾

泰国
Thailand
泰国

老挝
Laos
老挝

越南
Viet Nam
越南

柬埔寨
Cambodia
柬埔寨

缅甸
Myanmar
缅甸

孟加拉国
Bangladesh
孟加拉国

印度
India
印度

斯里兰卡
Sri Lanka
斯里兰卡

马尔代夫
Maldives
马尔代夫

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦努阿图
Vanuatu
瓦努阿图

所罗门群岛
Solomon Islands
所罗门群岛

新几内亚
New Guinea
新几内亚

巴布亚新几内亚
Papua New Guinea
巴布亚新几内亚

东帝汶
Timor-Leste
东帝汶

东加
Tonga
东加

斐济
Fiji
斐济

汤加
Tonga
汤加

瓦

吉利群岛(印度尼西亚)
三大海滩乐园(241页)

COCOS IS. (Aus.)

东南亚 Top 20

