

全球华人领路游世界丛书

DESTINATIONS
THAILAND



泰国 说明书

阿健大叔 著

为中国人定制
当地人出面带你玩
有品位的旅行指南



GENT STYLE

—— 绅士款 ——

全球华人领路游世界丛书



DESTINATIONS
THAILAND

泰国 说明书

阿健大叔 著

专供中国男士
当地人出面带你玩
有品位的旅行指南

GENT STYLE
—— 绅士款 ——

上海科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

泰国说明书. 绅士款 / 阿健大叔著. —上海: 上海科学技术出版社, 2016.8

(全球华人领路游世界丛书)

ISBN 978-7-5478-3096-3

I. ①泰… II. ①阿… III. ①旅游指南—泰国
IV. ①K933.69

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第125970号

采访总监: 吴晓颖

美术监督: 张一

标头题词: 耀松老师

标头设计: Hugh Goodwin

照片补充: 泰国国家旅游局、泰国旅游局上海办事处

泰国旅游局董里办事处、泰国旅游局甲米办事处

专题摄影: 阿健大叔、Hans Fonk

本书顾问: Chaiwat Charoensuk、Chuwit Sirivajjakul、Komkrit Tharawiwat、
Uthai Pongpakamulnarm、李岭、陆挺、彭江涛、孙文浩、陶建国、
唐秀英、徐惠玲、庄子群

(按姓氏的罗马拼音和汉语拼音顺序)

丛书策划: 未济洋文化、行星文化

OceanWiki



泰国说明书

阿健大叔 著

上海世纪出版股份有限公司

上海科学技术出版社 出版

(上海钦州南路71号 邮政编码200235)

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 12.5 插页 4

字数: 500千字

2016年8月第1版 2016年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-3096-3/K·24

定价: 68.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向工厂联系调换

Contents

目录

目的地：神奇的泰国	012
泰国 12 大必游之地	016
泰国 12 大值得购买	019
华人领路：怎么玩，怎么买	020
泰国 12 种旅途体验	024
泰语，说几句	070
泰国名字：“你认识颂猜吗？”	075
泰国节日	076
曼谷	084
华人领路：拉达那哥欣“小圈”绑“大圈”	103
华人领路：在唐人街看黄金	154
曼谷周边	196
华人领路：“死亡公路”从外公的果园穿过	210
泰国东北部	252
泰国北部	269
华人领路：去几个本地人才去的寺庙	311
华人领路：美哉乐哉美斯乐	336
泰国南部	348
华人领路：游览普吉的几个建议	352
实用附录	374

全球华人领路游世界丛书

DESTINATIONS
THAILAND



泰国 说明书

阿健大叔 著

专供中国男士
当地人出面带你玩
有品位的旅行指南

GENT STYLE

—— 绅士款 ——

图书在版编目(CIP)数据

泰国说明书. 绅士款 / 阿健大叔著. —上海: 上海科学技术出版社, 2016.8
(全球华人领路游世界丛书)
ISBN 978-7-5478-3096-3

I. ①泰… II. ①阿… III. ①旅游指南—泰国
IV. ①K933.69

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第125970号

采访总监: 吴晓颖

美术监督: 张一

标头题词: 耀松老师

标头设计: Hugh Goodwin

照片补充: 泰国国家旅游局、泰国旅游局上海办事处

泰国旅游局董里办事处、泰国旅游局甲米办事处

专题摄影: 阿健大叔、Hans Fonk

本书顾问: Chaiwat Charoensuk、Chuwit Sirivajjakul、Komkrit Tharawiwat、
Uthai Pongpakamulnarm、李岭、陆挺、彭江涛、孙文浩、陶建国、
唐秀英、徐惠玲、庄子群

(按姓氏的罗马拼音和汉语拼音顺序)

丛书策划: 未济洋文化、行星文化

OceanWiki



泰国说明书

阿健大叔 著

上海世纪出版股份有限公司

上海科学技术出版社 出版

(上海钦州南路71号 邮政编码200235)

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 12.5 插页 4

字数: 500千字

2016年8月第1版 2016年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-3096-3/K·24

定价: 68.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向工厂联系调换

去，颠沛流离，
发现不一样的自己！





Sawadee Krub

序

这是专为即将出访泰国，或正在泰国旅行度假的男性朋友准备的超级指南书。

在这本为追求自在行走的你度身定做的书里，记录着神奇泰国的一切，以及你和她可能错过的各种好消息。你将在作者阿健大叔及各路泰国当地华人华侨的引领下，避开熙熙攘攘的人流，独辟蹊径地领略和发掘微笑泰国多姿多彩，却鲜为人知的方方面面。

泰国毫无悬念地成为中国游客的首选出境游目的地，2015年中国游客赴泰旅游人数达近800万人。国人前往泰国，就是为了体会独特的泰式风情，领悟当地的佛教文化，享受迷人的热带风光，并学着像泰国人一样，整天把笑容挂在脸上。

《泰国说明书》是“全球华人领路游世界”系列继第一辑《英国说明书》热销后，闪亮登场的第二辑。这不是在电脑前用复制粘贴完成的旅行书，也不是不顾及国人需求，由老外挥洒的旅行指南。“全球华人领路游世界”系列丛书是专对中国人胃口，有作者多年亲身体验，也有当地华人掏心掏肺的独家推荐，并契合不同预算要求的旅行指南丛书。循着本系列“生动阅读，专业行走”的调子，你会轻巧地窥得目的地概貌和风土人情，熟练地掌握游览攻略和线路，还极有可能在旅途中获得情感碰撞，以及心灵激荡。

“全球华人领路游世界”系列的《柬埔寨说明书》和《韩国说明书》即将陆续出版。

声明：编著者在编著本旅行指南的过程中，竭尽全力确保内容准确无误，但仍有可能存在疏漏或错误。我们在此声明：本书的编著者和出版单位不能为此类疏漏和错误承担任何责任，但在重新印刷和出版时，我们会酌情修改。阅读者和使用者在实施旅游行动前，请务必向相关部门、机构或服务方（如签证中心、航空公司、机场、景点、餐馆等）确认及更新相关信息。



阿健大叔

传媒人、制片人、健行者。他说：“旅行如同访谈节目，就是到处找人聊天。”为便于交友和防身，他学会了空手道、爵士鼓和几道像模像样的拿手菜。在工作和旅行的双轨制里，他神奇地掌握了两种“货币”——时间和移动，经常能实现“迷你（Mini）退休”。迄今，大叔已健行了5大洲40多个国家和地区。

他曾于英国就读、工作及生活，也曾在柬埔寨当义工，教授当地华人子弟中文、英文和电脑技术。做义工期间，他还不幸罹患过可致命的登革热。泰国是他人生的第一个出境游目的地，那时他还不是大叔，一踏上这片土地，竟突然爱上了那里的空气、土地和水，也被当地淳朴的民风所感动，接着他鬼使神差般地来回走了不下20趟，并结交了不少当地朋友。

“曾经过于执着于旅行而被教授赶出课堂，旅途中竟遭遇流寇抢劫，还被贪腐的警察请进局子”，往事总是不堪回首却又难以放下。对阿健大叔而言，写这一系列旅行书的过程，就是精致重温当年经过的街巷和山海，以及遇过的气象与人事。



微信：华人领路游世界
微博：华人领路游世界
邮件：uncle.aj@qq.com



Contents

目录

目的地：神奇的泰国	012
泰国 12 大必游之地	016
泰国 12 大值得购买	019
华人领路：怎么玩，怎么买	020
泰国 12 种旅途体验	024
泰语，说几句	070
泰国名字：“你认识颂猜吗？”	075
泰国节日	076
曼谷	084
华人领路：拉达那哥欣“小圈”绑“大圈”	103
华人领路：在唐人街看黄金	154
曼谷周边	196
华人领路：“死亡公路”从外公的果园穿过	210
泰国东北部	252
泰国北部	269
华人领路：去几个本地人才去的寺庙	311
华人领路：美哉乐哉美斯乐	336
泰国南部	348
华人领路：游览普吉的几个建议	352
实用附录	374

Ethical Hedonist

你和泰国之间隔着毫不了解的千山万水：佛像、寺庙、皇宫、道路、农田、森林、河流、旷野、荒原、高峰、深谷，还有素不相识的泰国人和 TA 们灿烂的笑容！

你会去膜拜 TA 们，穿越 TA 们，认识 TA 们。

你走得自由、快乐、完整、坦荡，不带任何遗憾和懊悔！



迎面遇见好时光

我们为旅途做了精心准备，

我们知道外面世界的存在，

我们知道他人心灵的存在！

我们来逛街、看海、爬山、拍照，认识新朋友。
我们会每天把微笑挂在脸上，向人行合十礼
“Wai”，并问候：“Sawadee Krub！”

我们不会坏了当地的规矩：不会随意见论当地王室；不会摸小孩子的头；不会用脚指向别人；不会忘了给小费；不会穿鞋进入室内。

我们很清楚：不会在公共场合大声呼朋唤友，叽里呱啦，而是会像当地人一样低声细语；不会随地吐痰，因为当地人认为这是不可接受的可耻行为；不会随意插队，因为大家的时间都宝贵，同时也是出于对别人的礼貌；不会在古迹上涂鸦，留下“到此一游”，因为这是严重破坏文物的犯罪；不会在任何公共的室内场合吞云吐雾，而只在特设的吸烟室吸烟，因为这是当地的法律规定；

更不会在明知犯错后，还为面子据“理”力争，因为这是不自信的表现。

我们也很清楚：赴约应提前5分钟到场，并穿着得体；看演出不会迟到，万一迟到也会悄悄入场；吃自助餐不是打橄榄球，不能争先恐后，也不会一拿一大盘；吃汤面时，不会发出“马达式的轰鸣”，即使日式面馆很流行这样做；一同进餐的人如果不愿举杯“一口闷”，我们不会强求。

我们开始意识到：不主动给要饭的孩子钱，让他们帮个小忙后再给一定的报酬才是“授人以渔”；不吃鱼翅是对鲨鱼的保护，不从非法途径购买象牙是对象的保护；肆意“搜集”植物和动物样本是破坏当地环境的行为；对当地的美景、好人、好事表示由衷赞叹是自信和友好的表示；“有钱捧钱场，没钱捧人场”，支持当地靠勤劳致富、认真做事的人，去他们的店，而不去非法的商店，即使那里更便宜；当地人没给我们好脸色看，很可能是之前其他中国游客为他们添了麻烦，让他们感觉不佳。

到了泰国才知道

到了泰国才知道——

人们见面就会说“刷我的卡”的；
陌生人对你笑是很正常的；
人妖原来是很温柔可爱的；
狗狗生病，主人可以请假不上班的；
红灯区的“小姐”是有就业证的；
约会迟到1小时是很正常的；
90%的流行歌曲是讲三角或多角恋的；
无论干什么职业都不会受歧视的；
、人与人是可以如此简单而真诚的……

到了泰国才知道——

一瓶矿泉水可以全班公用，你一口我一口的；
随便哪个地摊的鸡腿，都比肯德基好吃的；
吃饭时发现点虫虫是很正常的；
泰国人煮菜喜欢加各种“树叶”的；
餐馆吃饭，觉得不好吃是不能提意见的；
100泰铢的自助餐，是可以吃到肚皮胀破、
心满意足的；
吃的喝的用塑料袋和橡皮筋，就可以打包带走的……

到了泰国才知道——

原来节假日可以有这么多的；

一个不富有的男人，同时有几个情人也是正
常的；

有些和尚也是可以结婚、吃荤，而且很有钱的；
车子是可以根据喜好，想怎么改就怎么改的；
驾照折合100元人民币就可以考到手的；
坐在公共汽车上是不用担心会有小偷的；
晚上单身女性是最好不要坐出租车的……

到了泰国才知道——

除了雨季，其他时间几乎是见不到雨的；
从35℃的室外走进室内，是会冷得打哆嗦的；
超过30℃的天气也还有很多人系围巾的；
一双拖鞋，是可以穿到全国各地去的；
衣服天天换，一周洗一次就够了的；
原来洗澡一天要洗很多次，早上不洗会遭鄙
视的；
厕所干净得可以席地而坐的；
全民厕所除了配备卫生纸，还会有一个喷头
的……

——回到国内才知道，泰国被称为“微笑国
度”是当之无愧的！

注：本页文字汇编自网络

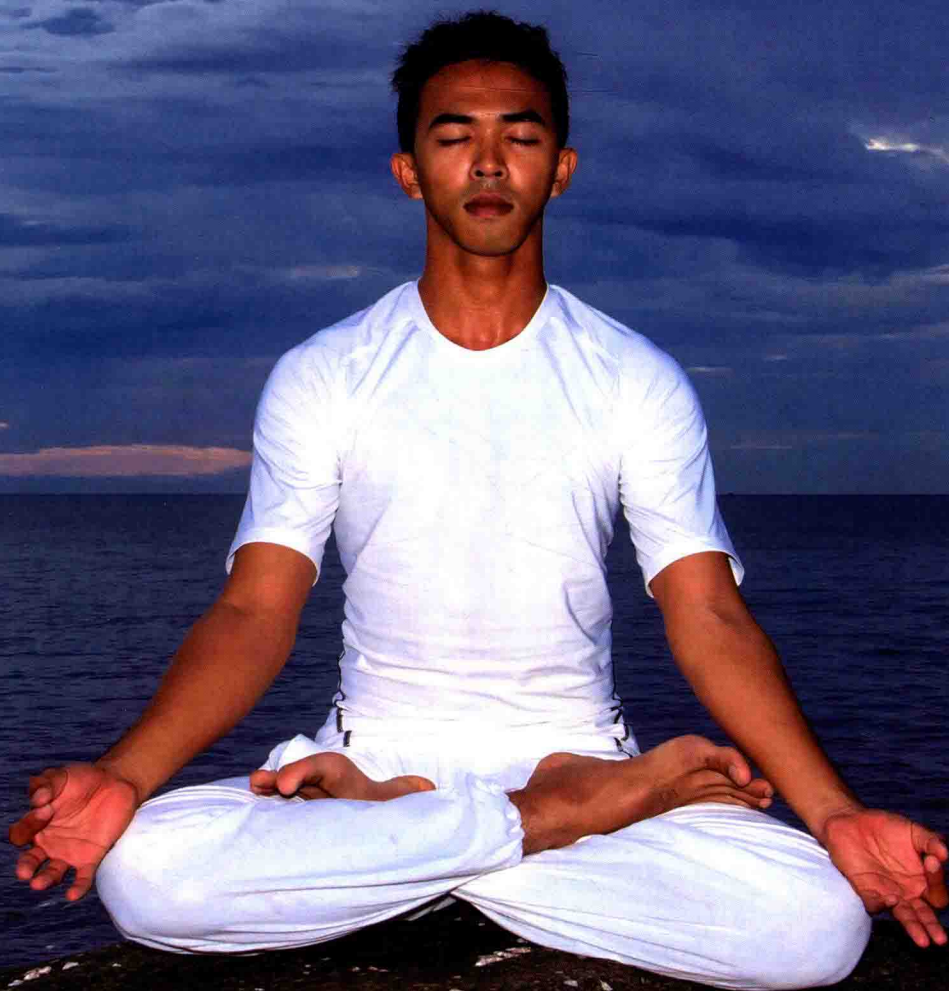
觉知泰国

三个层次

物质体验 吃、逛、买、赏、动

文化震撼 感受亲和、包容、仁善的柔性文化

宗教体悟 体悟“自我完善和解脱”的正等正觉



目的地：神奇的泰国

泰国是个神奇的国度。

它是微笑之国、寺庙之国、千佛之国，又是“人妖”之国。

这里水中有鱼，田里有稻，一件单衣几乎可以应付一年的气候变化。

这里有着美丽的原始海滩、云雾缭绕的高山、充满故事的河流、诵经声朗朗不绝的佛寺，也有丰富的物产、充满异国情调的美食、造型独特的建筑、世界一流的豪华酒店，还有火爆的泰拳、阴柔的“人妖”、动荡的政治，更有当地人永远挂在脸上的笑容。

在这片土地上，大约 10 000 年前已有人居住，这也许是世界上最早的农民（4 000 多年前）和冶金匠的居住地。自 1238 年建国起，泰国一直是一个独立的国家，从未沦为殖民地，既没有经历过内战，也未发生过种族冲突。它曾是经济腾飞的传奇“亚洲四小虎”之一，也是东南亚国家联盟成员国和创始国之一、东南亚汽车制造中心、世界五大农产品出口国之一及“世界最佳休闲度假旅游目的地”。

泰国人不会光顾赶路、一味谋发展，在对海滩、海岛、山地、原始雨林等旅游资源的经营和开发中，他们强调对环境友好，注重可持续发展。泰国人大多笃信佛教，崇尚心平气和、有条不紊的“哉媽媽”（泰语“Jai Yen Yen”，直译为“心凉凉”，引申意思是

“慢慢来”）之道。正因如此，泰国人能从容应对工作和生活的沉重压力，并由此造就了泰国社会的独特秩序：在公共场合大家不会争先恐后，而是相互礼让；面对现实压力，他们不会过于计较，而是懂得放一放，享受当下；对于人生地不熟、语言还不通的游客，他们会想方设法给予帮助，如同对待家中的亲人。因此，即便历经海啸、政治动荡、恐怖袭击，这片土地依旧让人感觉悠然自在、清新脱俗，并且充满着吸引力。

若是多年未去泰国，此次前往，你定会惊喜连连——充满未来感的建筑和时尚味十足的商厦、店铺和餐厅，趁你不在的这几年已四处“开花”；原先需要多次接驳才能抵达的景区，如今可以让你一线通达。

“中泰一家亲”，中国和泰国是好邻居、好伙伴，也是好亲戚——大多数泰国人拥有华人血统。同时，中泰双方已建立了全面战略合作伙伴关系，泰国更是中国“一带一路”沿线的重要伙伴。2015 年，赴泰国旅游的中国游客创造了约 4 000 亿泰铢（约合人民币 800 亿元）的消费额，平均每人在每次行程中的消费额约达 47 000 泰铢（约合人民币 9 400 元）。

大多数泰国人与我们关注的问题相同，无非就是工作、收入、安全、健康、家庭，还有快乐和幸福感。突发的政局动荡及恐怖袭击，经常让泰国的经济增长意外受挫。在与

当地人的交流中，你会了解他们对现实和未来的迷惑及担忧，譬如：贫富差距是否在加大、普通阶层向上流动是否已经停滞、政局是否还会动荡、恐怖活动是否还会再来，等

等。好在，无论是远虑还是近忧，终究拗不过泰国人的乐观主义——一切问题都拖不过时间——你有问题，我有“戔媽媽”……

泰国重要信息

【全名】泰王国

【首都】曼谷，与我国北京、重庆为友好城市

【位置】位于中南半岛中南部，东南临泰国湾（太平洋），西南濒安达曼海（印度洋），西和西北与缅甸接壤，东北与老挝交界，东南与柬埔寨为邻，南与马来西亚相接

【气候】热带季风气候。全年分为雨（5～10月）、旱（11月～次年4月）两季。旱季平均最高气温 32℃

【面积】约 51.3 万平方公里，略大于我国四川省

【人口】约 6450 万，女性比男性多 100 多万（2014 年 12 月）

【种族】泰族占 40%，其余为老挝族、华族、马来族、高棉族等。华侨和泰籍华人有 900 多万，占总人口的 14%

【语言】泰语。有中、北、东北和南部四个方言区。曼谷话是标准语

【宗教】佛教为国教，佛教徒占全国总人口的 94.6%，穆斯林占 4.6%

【政治】君主立宪制

【经济】东南亚第二大经济体，仅次于印尼。工业和服务业是国内两大经济支柱。人均 GDP 为 9100 美元。最低日薪 185 泰铢

【货币兑换】100 泰铢 ≈ 20 元人民币

