

旅行工具包

(第三版)

教你怎样游遍全球

how to travel absolutely anywhere!

[美] ROB SANGSTER
罗伯·桑斯特 / 著
卢颖 赵琳 / 译

假如你想：

- 从大量实用指南中获益
- 用你的旅行资金获取最大的快乐
- 用鲜为人知的旅游路线
取代老套的路线
- 节省旅行费用
- 保持身体健康，吃得好
玩得安全，尽情享受

那么本书是你的必读之物



TRAVELER'S TOOL KIT

光明日报出版社

此书中尽是金玉良言

——《国际旅行报》



旅行工具包

教你怎样游遍全球 (第三版)

[美] ROB SANGSTER
罗伯·桑斯特 / 著
卢颖 赵琳 / 译

光明日报出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

旅行工具包——教你怎样游遍全球/(美)桑斯特著;卢颖、赵琳译。—北京:光明日报出版社,2001.5

ISBN 7-80145-407-3

I. 旅… II. ①桑…②卢…③赵… III. 旅游—基本知识 IV. F59
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 15845 号

TRAVELER'S TOOLKIT: How to Travel Absolutely Anywhere by Rob Sangster
Copyright© 2000 by Robert Powell Sangster

All rights reserved. No Part of this book may be reproduced,
stored in a retrieval system, or transmitted by any means (electronic,
mechanical, photocopying, or otherwise) without permission from the author.

All photographs by Rob Sangster except the following: page 167,

Scott Sangster; page 333, Tom Gettlefinger; Page 477,

Ritchie Smith, and page 530, Jack Kenner.

Published by arrangement with Menasha Ridge Press

Simplified Chinese translation copyright (c) 2001

by Guangming Daily Press

本书根据美国 Menasha Ridge Press 2000 年版翻译
著作权合同登记号 图字: 01-2001-0300 号
版权所有, 不得翻印

旅行工具包——教你怎样游遍全球

著者: [美] 罗伯·桑斯特

译者: 卢颖、赵琳

编辑: 温京华

出版: 光明日报出版社

发行: 光明日报出版社发行部

电子信箱: yrs@263.net.cn

地址: 北京永安路 106 号 (100050)

电话: 63082437 传真: 63035673

经销: 全国新华书店

印刷: 北京市通州运河印刷厂

开本: 889×1230 毫米 1/32

字数: 460 千字 印张: 18.125

版次: 2001 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

ISBN: 7-80145-407-3/G·232

定价: 32.00 元



序 言

“无论你能做什么，或是能梦想什么，现在就开始去做吧。在大胆莽撞中蕴含着创造力与魔力。”

——约翰·沃尔夫冈·冯·歌德

当我们乘坐的阿拉华号轻轻驶入皮克顿湾时，太阳正高挂在天上。这是一艘在新西兰北岛与南岛之间航行的白色渡船。逆风飞翔的海鸥停在空中，在柚木甲板上投下黑色的影子。船一靠岸，我就跳下了舷梯。没有一个人举着写有我名字的纸板，也没有游览车在码头的那一端等我。肩上背着个背包的我是一个人在旅行。时间和方向都由我自己决定。我是自由的！

此后的几周里，我在宁静的热带雨林中闲逛，气喘吁吁地通过高高的山口，穿着钉鞋行走在冰川的斜面上，在一艘沿河谷石壁歪歪斜斜疾驶着的汽艇上用尽全力抓住栏杆。在科洛尼特峰上滑过雪之后，我又去昆斯敦顶着一道美丽的彩虹漂流。在路上我读了一些好书，也在当地小旅馆里听到些奇谈怪论。不管怎么样，这些都是我自己做出的选择。

那时我是个旅行者。其实从广义上说，我们每一个人都是旅行者，因为我们都在乘着一块巨大的石头以每小时六万六千多英



卖水人，摄于摩洛哥马拉喀什。

里的速度在宇宙空间里快速地行驶着。作为宇宙的探索者，更好地了解我们所居住的这个星球难道不是一件很有意义的事情吗？

《旅行工具包》是一本提供基础知识的实用书籍。它将帮助你打破陈规俗套，自由地去游览你梦想要去的地方。书中介绍了这个世界的许多美妙之处，你可以借此为你的生活增添许多情趣。

本书中提供的信息将使你获得丰富的旅行经验，这远不止是一次单纯的外出度假所需要的经验。许多人度假时只不过是休息



一下，穿上漂亮的衣服，再付给别人一大笔钱。他们在度假期间看到的只是已经在明信片上和学校课本中看到过很多遍的东西。他们把这些印象带回去，拿到晚宴上与人谈论，就像收藏家在展示他收藏的纪念品。然而他们却从不知道他们错过了多少美景与乐趣。

《旅行工具包》不是简单地告诉你在巴黎应该去哪儿吃饭，而是教给你如何在世界各地找到美味、实惠的饭菜。本书也没有评定世界“最好的”旅馆(最好的通常也意味着最贵的)，而是告诉你怎样在世界各地住得又舒服又省钱。你将学到怎样乘火车愉快地遍游欧洲，怎样在新德里与出租车司机讨价还价，以及怎样大幅降低去任一地点的旅行费用。你将会知道，去哪些地方旅行是你负担得起的，而哪些又是你负担不起的。

关于本书第三版

从定义来看，旅行者是一个活跃的群体。他们四处游览，探索着世界的奥秘。尽管自马可·波罗之后，其他旅行者的发现并没有使世界发生多大改变，但这个世界本身的许多方面正在急剧地变化着。因此在本书第三版中，我特别提到了与旅行者利害攸关的下列问题：

- 因特网资源——教你初步利用因特网，并列出了与旅行有关的重要网站名单。这些网站组成了一个庞大的旅行资料库。
- 低价出售机票的旅行社——教你如何买到便宜的机票。
- 住宿——教你怎样在世界各地找到又便宜又舒适的住所。
- 健康——教你怎样保持健康并使自己免于染上外国疾病。
- 通讯——教你怎样从远方与家庭和工作单位联系，包括如何发电子邮件。



有许多书籍详细叙述了大胆的探险经历，其高度和深度是我们中的大多数人永远也无法达到的。但我还是忍不住描述了一些不同寻常的地方，也讲了一些探险故事。本书的目的是想帮助你发现哪儿是你真正想去的地方，并教你制定自己的探险计划。

制定旅行计划就像在急流中行船之前做准备一样，准备得如何将决定你能否成功。首先要对急流做认真仔细的察看，对不同的航线进行比较，然后将你选定的航线标在图上。这样当你在急流中开始航行时，就会对一切胸有成竹，并能保持良好的精神状态。此后，你只要顺水而行，用心去体验航程中的惊险与刺激就行了。反之，假如你没有充分准备好便驶入急流之中，那你就会遇到许多意想不到的情况，令你胆战心惊。同样的道理，为去国外旅行制定计划初看起来可能显得多此一举，但假如掌握了制定计划的简便方法，你就可以避免去犯一些代价高昂、令人沮丧、甚至是十分危险的错误。

假设钱对你来说是一个问题，就像对我们大多数人一样，那么《旅行工具包》会教给你许多种“省钱”的办法，却不会降低你的旅行质量。这里有一个简单的例子：有一个朋友想去游览前苏联的一个共和国摩尔达维亚。旅行社给她开出的往返票价是1850美元。她觉得这个价钱承受不起，打算放弃这次旅行。后来我给了她这本书中的一个电话号码，她通过这个电话号码只花875美元就买到了同样的往返票。这下她决定去那儿旅行了，而且还多呆了一个星期！

我并不是蔑视金钱，但我想告诉你的是，有时花较少的钱反而能使你获益更多。不去做那种高价旅行，你会接触到更多的当地人并了解他们的愿望和价值观，你会对所去的地方有真切的感受，还能体会出旅行的真谛。

你将从本书中学到如何进入旅行者网络。该网络会帮你找最有趣的事情去做，并指导你为此该付多少钱。你甚至还能学到结





束旅行回家之后，如何利用你的旅行经历赚钱。

常识固然可以告诉你在旅行中需要哪些衣服和用品，但这类常识并非面面俱到。其它的知识你可以在旅途中自己去学，可那要吃些苦头，而最简便的办法就是从《旅行工具包》这本书中去找答案。假如你去非洲时带错了驱蚊器，那你就会知道我这番话是什么意思了。

旅行给你提供了一个机会，使你可以思考万物的起源与终结，可以单独消磨时光，可以挑战恐惧和禁区，可以体验自由与欢乐。旅行者将变成一座宝库，里面装着西斯廷教堂、在非洲大草原上奔跑的猎物、如玉液般在乌黑的山峰间流淌的黎河，以及香港那如梦乡星辰般闪耀的灯火。

我知道去异国旅行可能会让那些从未尝试过的人感到不知所措。多数人在出国旅行前还不太清楚护照和签证的区别。再加上语言、货币、海关、交通、食物、住宿等等问题，要考虑的事情真是太多了。就连去墨西哥做一次短程旅行都会让人发愁，更不用说去遥远的尼泊尔了。

没有人说你必须像个奥运会游泳选手那样一头扎进水里。假如你更愿意先把脚尖浸到水里去试试的话，那你就这样做吧。要慢慢地开始，不要一下子就迎接太多的挑战或是接触太多的未知事物，而是要一点点地建立自信。

举例来说，你可以从美国去加拿大或是从加拿大去美国做一次旅行，这样你将有机会穿越边境和兑换货币，却不需要护照，也不会有语言方面的问题。一旦建立起了自信心，你就可以马上找一家旅行社，让他们安排你去阿卡普尔科(墨西哥港口，在太平洋沿岸，是著名的旅游疗养地。——译注)。在那儿你将体会到呆在一个不以英语为母语的地方会有什么感觉，还能吃到陌生新奇的食物，并能体验到与你的习惯有所不同的卫生标准。你还有可能在讨价还价中小试一下锋芒，而这种交易方式实际上遍及





全球各地。此外，那里的人惯于和初次出国旅行的人打交道，你在他们当中可以受到熏陶。总的来说，你不会碰上什么特别出乎意料的事情。去加拿大和墨西哥做过热身之后，你就可以向更远的地方进发了。

先去伦敦试试如何？你可以让旅行社帮你安排旅行，也可以报名参加一个合适的旅游团，或者自己确定旅行路线。伦敦那边的语言非常好懂，街道很安全，人们也很友好。和世界上的许多大都市一样，伦敦也有一个庞大、高效的交通系统。当你在伦敦的地铁中畅行无阻时，你也会满怀信心地设想去使用布达佩斯、莫斯科、巴黎、罗马、东京等任何一个你喜欢的城市中的交通网。

在那个地方，你会意识到出国旅行其实并不太难，而所谓的语言障碍其实也不堪一击。有了跨越国境、兑换货币和在国外乘坐公共交通工具的经验之后，你已经为独自去自己选择的任何地方旅行做好了准备。

安排一次旅行是照管自己生活的一种方式。莎士比亚笔下的恺撒说得好：“人有时是自己命运的主宰。亲爱的布鲁图斯(刺杀恺撒的主谋者之一。——译注)，错不在我们的命运，而在于我们自身，在于我们对自身的屈服。”就同一个主题，汤姆·罗宾斯也在《吉特巴香水》中写道：“假如你坚持要把自己的命运交给神灵，那神灵会对你的软弱报以一两声冷笑。”如果你和我一样认为旅行是完满生活中必不可少的，那就该由你去实现它。从我们每个人出生时起，出发的铃声就在我们耳边响起了，而走出大门、踏上旅途只需要很短暂的时间。

及时行乐

首先，你必须下决心克服惰性。这里有个故事可以作为说明。有两对夫妇，一对是布朗夫妇，另一对是格林夫妇。他们都





住在美国中西部，从年轻时起就是邻居。后来格林夫妇搬走了，但两家仍保持着联系。有一天，格林夫人给布朗夫人打电话说，他们夫妇正计划去欧洲旅行，邀请布朗夫妇一同前往。布朗先生说得太忙了，那段时间正好脱不开身。那天晚上他告诉妻子说，他不太喜欢去一个当地人不讲英语的地方。格林夫妇去做了那次旅行，后来他们又邀请布朗夫妇参加其它一些旅行，但得到的答复都是一样的。“毕竟，”布朗先生说，“等我退休后我们有的是时间去旅行。”而格林夫妇经常出去旅行，布朗夫妇想象不出他们怎么负担得起这笔开销，更想象不出他们哪儿来的勇气去那么人生地不熟的地方。后来格林夫人开始做进口生意，格林先生则加入了“世界野生生物基金会”的董事会，这时两家人便不再联系了。

布朗先生终于退了休，但这时他已经不怎么喜欢旅行了。事实上，异国他乡在他看来显得比以往更加陌生、可怕。不久布朗先生死了，而布朗夫人已经没有精力去任何地方旅行了。

几年之后，在一个阳光和煦的下午，格林夫人想到：“不知布朗夫妇怎样了？”她往远处看了一眼，朝正在博拉博拉(波利尼西亚群岛中的一个岛屿。——译注)海滩上慢慢向她走来的丈夫挥了挥手。

关于作者

假如你信赖我，你将从此书中获得最大的收益。我希望我说的话能使我们像结伴同游的伙伴一样互相信任。当我读一本书，特别是一本向读者提出忠告的书时，我会想知道一些作者的情况。如果你和我一样，那么下面你将看到对此书作者的一幅速写。

我是在波士顿长大的。那时我父母经常在天气晴朗的周末去



作者与赶骆驼的人。

游览新英格兰的偏僻角落，如波士顿的老北方教堂，还有莱克星顿的石墙(当年农场主们曾在那堵石墙后面为独立而战)。我们去新罕布什尔州的苹果园和缅因州茂密、清凉的森林中度假。后来我们搬到了休斯敦，一家人常从路易斯安那州怪异恐怖的牛轭湖旅行到比格·奔德国家公园中那十分干燥的峡谷。也就是说，旅行的观念(尽管还只是小范围的旅行)那时已经在我的思想中扎了根。

由于海军为我支付了大部分大学学费，所以毕业后我就接到了一份正式邀请，要我到一艘航空母舰上去参加为期三年的巡航。这就好比是一次包吃包住还包导游的旅行(而且是由最大的一家旅行社经办的)。幸运的是巡航期间天下太平，因此我得以在途中读了一些以前没时间读的书，并且正像征兵招贴画上承诺的那样“看见了世界”——至少是第七舰队到过的那一部分世界。这使我对旅行更加着迷了。



离开海军之后，我进了斯坦福法学院，准备过一种循规蹈矩的生活。但结果并非如此，我在当了几年法人律师之后，转入华盛顿的政府财政和住房政策部门任职。此后我又离开了政府部门，干起了房地产开发，同时还投资搞了一些非常有意思的项目（其中有一家天然食品餐馆、一个进口公司、一个向第三世界乡村赠送污水消毒设备的基金会）。

在那许多年中，我只在国内做过一些旅行，如河上旅行、滑雪和徒步旅行，而且每次都只去一两个星期。后来我意外地得到个机会，可以参加一个团队，乘 4.3 米小木船在大峡谷中沿科罗拉多河航行 446 公里。这要花去三周的时间，而我当时觉得自己太忙了，脱不开身。但最终我还是把一切都抛诸脑后，毅然踏上了旅途。

这三周的旅行使我有充足的时间从家庭和工作中解脱出来，完全融入到当地的生活之中。这期间我看到了证明地球已旋转十亿多年的地质现象，也看到了古代阿纳萨齐人（阿纳萨齐是美国西南部的一处史前文明发源地遗址。——译注）在手工制品上记载的传说，还体验到了黑夜中那深沉的寂静。我懂得了在旅程中花上足够长的时间有多么重要，这会使你的心灵得到升华。那是我第一次朦胧地意识到了旅行会给人带来的好处。那是一个转折点。

结束那次旅行回来之后，我发现一切都井井有条。我的公司即将发行 8000 万美元债券，不过每个职员都出色地完成了自己的工作。就是从那一天起我不再把自己想象成一个必不可少的人物，并由此得到了解脱。几个月之后，《国家地理》杂志上的一篇文章吸引住了我，那上面说新西兰的米尔福路是“世界上最好的散步场所”。我意识到我很想去看看这个世界上的其它地方，于是第二天我便买了一张机票。

在我看来，过充实的生活远比赚钱重要得多。况且，了解不



同的人和观赏我们这个星球上的壮丽景色，也正像在银行里储蓄财富一样。据报道，有位牧师曾经说过：“在我一生中，我从没听到某个人在临终前说：‘我生活中唯一的遗憾就是没有花更多的时间办公。’”我也绝不会说这样的话。

当我写下这些文字时，我已经游历过印度、中国、东南亚和其它亚洲国家、中美洲、非洲、南美的近半数国家、相当一部分太平洋岛屿、大部分西欧和东欧国家、前苏联、澳大利亚、新西兰、南极地区以及整个美国。有许多地方我都非常喜欢，首先是印度和新西兰，此外还有秘鲁、博茨瓦纳、纳米比亚、埃及、智利等等……后面我们将进一步谈到这些地方。





目 录

序言 /1

第一章 要去旅行的主要理由 /1

为什么有人不去旅行 /7

第一部分 制定旅行计划 (“各就各位……”)

第二章 怎样选择去哪儿旅行 /13

选择你真正想去的地方 /14

决定花多少时间去旅行 /23

你打算花多少钱 /24

变化的世界 /27

设计旅行路线 /29

信息来源 /32

第三章 怎样决定是单独旅行还是结伴旅行 /59

为什么独自旅行 /60

为什么结伴旅行 /61

理想的旅行伙伴 /63





旅行工具包

怎样找到旅行伙伴 /68

当你和旅伴走散时 /68

期望 /69

第四章 团体旅行 /71

参加旅游团的理由 /73

不参加旅游团的理由 /76

旅游团——高消费到低消费 /80

怎样选择最好的旅行社 /84

生态责任 /89

八种不寻常的旅行契机 /90

第二部分 准备旅行(“预备……”)

第五章 行动起来 /99

你会用到的证件 /99

出发前要办理的其它事项 /109

核对单：何时需要做什么 /123

第六章 费用 /127

怎样省钱 /128

怎样制定合理的预算 /153

核对单：预算 /157

怎样成功地理财 /158

第七章 旅行装备 /191

选择一个好的行包 /193





- 怎样打行李包 /202
- 如何选择衣物 /203
- 核对单：衣服 /207
- 核对单：洗漱用品 /213
- 核对单：杂物 /215
- 核对单：随身证件 /217
- 核对单：任选装备 /218
- 核对单：不要带的物品 /222

第八章 保证健康 /225

- 经验十三谈 /229
- 较轻的健康问题及应对措施 /234
- 严重的健康问题及应对措施 /259
- 旅行医疗箱 /290
- 核对单：出发前应打的预防针 /291

第九章 行前准备 /295

- 核对单：最后要做的事 /296
- 核对单：“守护天使” /299

第三部分：上路(“跑!”)

第十章 初来乍到 /305

第十一章 住宿 /311

- 怎样找到过夜的好地方 /313





怎样选择最适合你的住处 /315

其它创新性选择 /324

第十二章 饮食 /331

哪里有你喜欢的食物 /332

美味与健康 /335

喝出健康 /339

第十三章 安全保障 /349

哪里该去，哪里不该去 /351

如何自我保护 /353

危险之源及躲避方法 /360

丢失贵重物品怎么办 /384

第十四章 独自旅行的女性 /387

怎样安全地旅行 /388

第十五章 语言交流 /393

怎样克服语言障碍 /394

去何处获取信息和帮助 /397

如何得体地使用英语 /399

怎样询问 /399

第十六章 交通 /401

乘汽车旅行 /403

乘火车旅行 /409

乘飞机旅行 /423

