

图说
天下

国家地理 系列

出发，让脚步追上理想

绝色泰国

用你的眼，或者心，阅读美丽的地球



张蕾 著

北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

潋滟的湄南河上，柔和的佛光与星光一同闪耀；普吉岛正上演着一曲阳光与大海的恋歌；素可泰城斑驳的古迹在斜阳中愈显阴翳。神秘泰国，绽放着不一样的华彩。

图说天下 · 国家地理系列

绝色泰国

张蕾 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

绝色泰国 / 张蕾著. — 北京: 北京联合出版公司, 2017.6

(图说天下·国家地理)

ISBN 978-7-5596-0416-3

I. ①绝… II. ①张… III. ①旅游指南—泰国 IV. ①K933.69

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 108395 号



JUESE TAIGUO

绝色泰国

著 者: 张 蕾

选题策划: 

责任编辑: 管 文

文图编辑: 王松慧 白海波

美术编辑: 刘晓东

封面设计: 罗 雷

版式设计: 罗筱玲

图片提供: 视觉中国

北京全景视觉图片有限公司

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京艺堂印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数180千字 787毫米×1092毫米 1/16 12印张

2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5596-0416-3

定价: 19.90元

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换。

电话: 010-82082775





不记得是在推特上还是微博上，曾经看到过这样一句话：“要么旅行，要么读书，身体和灵魂，必须有一个在路上。”

看过之后，深以为然。

世界上美丽的风景有太多太多，三春樱舞、层林染翠、悬崖上妖娆的红莲、古寺中威严的大佛……数不尽，看不完。

仔细算来，这些年走了很多地方，看过了不少风景，但真正被铭记的却只有泰国。

泰国有一种气质，这种气质是镌刻在骨头中的，是千年的佛语留下的特殊烙印，哪怕岁月流觞，青丝变华发，这种气质也难以磨灭。而写这本书的初衷，就是为了记录这种气质，或许有些偏颇，或许不够全面，但每一字每一句却都是心之向往。

人家说，世界上没有完全相同的两片树叶，不知道是真是假，但我肯定的是，泰国的确没有重复的风景。每一座城市、每一座岛屿、每一个景点、每一个人都有着自己独一无二的华彩。

泰国很大，东南西北中，不同的地域孕育了不同的文明，不同的文明演绎着不同的风景。有多少？笔者说不清。但“弱水三千，只取一瓢”，与其去邂逅那千万种可能，倒不如精挑细选那钟灵毓秀的地方来一一品味。

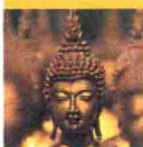
曼谷的大皇宫金碧辉煌，潋滟的湄南河上，柔和的佛光总是和星光一起闪耀；芭提雅的风光如画，淡淡的文艺中氤氲着一种来自未来的躁动与繁华；普吉岛是个浪漫的地方，银沙如雪间上演着一曲阳光与大海的恋歌；素可泰是座有故事的城市，斑驳古迹在细雨斜阳中携带着一抹说不出的苍凉；清迈从来都很神秘，金三角的妖冶不过是跳跃在丛林间的激情注脚……

泰国值得回味的地方太多太多，享誉世界的美食、风情独特的建筑、痛并快乐着的“马杀鸡”、多才而悲情的人妖、热血而刺激的泰拳、深沉厚重的佛文化、年味儿十足的新年……一点一滴、一草一木，都是伊甸园。

不是有那么一句话：“If you don't walk out, you will think that this is the whole world.”

生命中最美好的时光永远都在路上，而选择泰国作为旅程的第一站，则是最美妙的选择。





Chapter 1

“泰”爱你，“泰”想你，“泰”想见到你

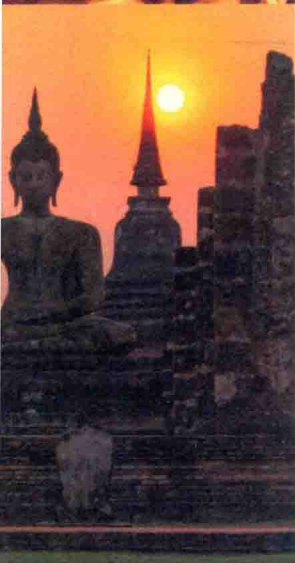
泰·印象 红蓝白的自由国度	2
泰·地理 象头上的湄南风情	10
泰·艺术 莲台上的五彩斑斓	18
泰·建筑 多姿，包容，美丽	26



Chapter 2

一首诗，一座城，一段风韵

曼谷，小玉佛的倾城绝恋	36
漫步清迈，享受“玫瑰之约”	43
素可泰，碑文上镌刻出的风情	48
芭提雅，色彩装满你的眼眸	55
黑庙白庙，清莱传奇知多少	62
滨海华欣，邂逅你的王子	68
大城，看佛看到眼迷离	76



Chapter 3

当阳光艳遇沙滩时

- 苏梅岛，爱在水清沙白时..... 84
- 普吉岛，安达曼海上的“珍珠”..... 90
- 甲米岛，“天堂”不过如此..... 96
- 皮皮岛，随鱼畅游海底世界..... 102
- 沙美岛，沙滩竟会如此妖娆..... 110
- 象岛，艳丽的不仅是大象..... 114



Chapter 4

味蕾在舌尖上厮杀

- 泰式甜点，咬掉舌头也要吃..... 126
- 海鲜，真正的“新”和“鲜”..... 132
- 调味，爱恨就在一瞬间..... 138
- 汤和饭，五彩斑斓的畅享..... 144



Chapter 5

无法忘怀，只因忆得“泰”深

- 人妖，秀出异样的美丽..... 152
- 泰拳，力量与速度的完美结合..... 156
- 泰式SPA，还是古法指压..... 164
- 游泰国，怎能少了随手礼..... 170

Chapter

“泰”爱你，“泰”想你，“泰”想见到你





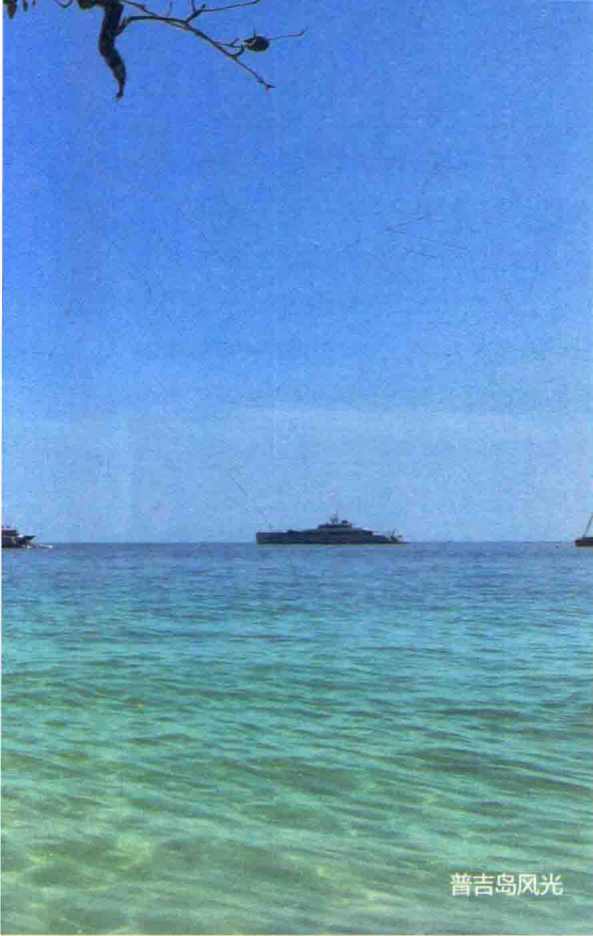
Tai Yinxiang **泰 · 印象**

红蓝白的自由国度

每个国家都有自己的符号，每个民族都有自己的守望，每个地区都有自己的特色，每一个人都有自己的虔诚——中国是古典的，美国是奔放的，法国是浪漫的，德国是严谨的，那泰国呢？答案是自由的。

曾几何时，泰国在人们眼中就是地狱。然而地狱和天堂本就是一对双生子，地狱的另一面便是天堂。现在再次提起泰国，人们的第一反应则是自由、佛教、皇室，是湄南河、大皇宫、玉佛寺、大象、普吉岛、芭提雅等。

是的，没错。



普吉岛风光



碧海蓝天的普吉岛

湄南河蜿蜒流淌着它的古远；大皇宫轻轻矗立着它的威严；睡莲悠然绽放着它的倔强；芭提雅海滩旋舞着它的风华；调皮的猴子、多才多艺的大象、伏在沼泽边的鳄鱼、翩翩起舞的热带蝴蝶们则在仰望它的自由与狂野。

泰国就是这样一个国度，如破碎的青花瓷瓶，每片都很精致，当所有的碎片拼接在一起的时候，那种倾世的绝美将会深深震撼你的心灵。

千佛之国·纯白的圣洁

泰国人信佛，众所周知。佛教成全了泰国，泰国也成全了佛教，就是如此。

在泰国，无论是繁华的大城市，还是偏远的小山村，与佛有关的符号、建筑、装饰等随处可见。在曼谷，玉佛寺、卧佛寺、金佛寺闻名遐迩；在素可泰，玛哈泰寺的荣光遍洒遗迹，卧佛、玉佛、七珍佛、四面佛、青铜佛、黄金大佛，数不尽的佛像背后总隐藏着无尽的故事。

如果说每个国家都需要一个典型符号的话，佛教就是泰国的符号。无数的文青，无数的背包客，无数的佛教徒跋山涉水而来，为的不过是一种追逐，一份虔诚。

在泰国，佛教的香火就如永夜的明灯般永恒不息，纯白的佛光照耀着帝国的丰碑，一座又一座金碧辉煌的佛庙专供净土的主宰者下榻，玲珑的佛龕则是中层佛教管理者的归宿。

因此，去泰国旅游，了解一些礼佛小忌讳那是必须的。参观佛寺时，着装要庄重，进寺要脱鞋，女性不得与僧侣有过于亲密地接触，哪怕是传递东西也不可以。不要以为自己是异国游客就觉得可以肆无忌惮，在泰国任何不敬佛的行为都会受到惩戒。

佛寺，在泰国随处可见，千佛之国的盛誉自然名不虚传。而且每个泰国男子，在成年之后、19岁之前，都要到寺庙中做一段时间的僧侣，短则一星期，长则数月。如果有谁不去，即便不会受到法律的责难，却也会受到道德的谴责——在泰国，一个没有做和尚经历的男子永远都会被人诟病和鄙夷。所以，

如果不想被人竖中指的话，还是乖乖地去剃头、穿袈裟来的好。

佛教的教义一向是温和的，讲究普度众生、与人为善，受佛教的影响，泰国人也一向温良恭俭让，谦和有礼，见到谁都会面露微笑。对待其他人，哪怕是陌生人也友善异常，初来乍到的游客在这里也能寻找到一种陌生中的安然，心旷神怡。许多背包客、驴友、旅游控们对泰国如此拥簇，也不是没有道理的。

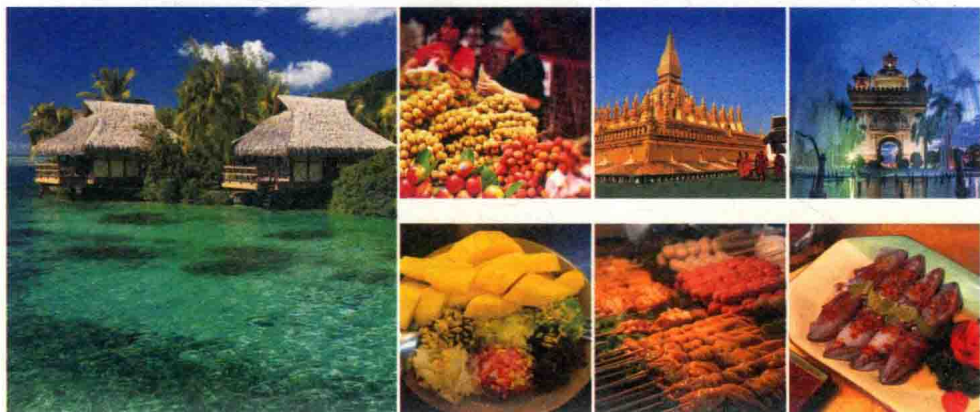
海岛柔情·蓝色的梦幻

假如说佛教是泰国最亮眼的符号的话，那么，海滩则是泰国最美丽

泰国寺庙风光



“大皇宫轻轻矗立威严，
睡莲悠然绽放倔强，
芭提雅海滩旋舞着风华，
泰国，我愿用一世光阴换你倾世容颜。”



的符号。

海滩不能代表泰国，但泰国有一半却是属于海滩的。

泰国的海滩一般分为两种，一种是高端大气上档次的度假村，豪华海景别墅、地道的生活服务、各种贵族专享、各种户外运动数不胜数；另一种则是非常接地气的乡村岛屿、大众海滩，一顶遮阳伞、一把沙滩椅，甚至一个毫不起眼的小马扎，一瓶防晒霜就是全部。但不管是高档的，还是大众的，只要是泰国的海滩，就总能让人感到阳光和快乐。

普吉岛是泰国第一大岛，也是泰国海岛排行榜上永远的NO.1，芭东海滩如雪的风情、珊瑚岛蓝色的旖旎、幻多奇乐园的灯火璀璨、皇帝岛的雍容霸气，

一切的一切总是令人流连，泰国之所以在“太阳崇拜者大会”上风骚无限，普吉岛功不可没。

另外，优雅而纯净的苏梅岛也是海滩控们的最爱。椰林海影、绿树婆娑、碧海白沙，马尔代夫也不过如此。牵着她的手，在落霞或晨曦中一起看日出日落，一起听潮起潮落，难道不是一件浪漫的事情？心血来潮时，背上背包，探索一下安通国家海洋公园中神秘奇幻的石灰石洞穴和山中湖，或者穿上潜水服，和热带鱼开一场party，不也乐翻天？

当然，除了普吉岛和苏梅岛，泰国风情无限的岛屿和海滩还有很多，皮皮岛、象岛、斯米兰群岛、龟岛、甲米岛等，都是不容错过的风景。

舌尖上的国度

越过阳光，跳过沙滩，将佛光与激情抛到身后，当你静下心来慢慢用一双黑色的眼睛寻找黑暗中的美丽时，你会发现目光其实已经移不开了。或许是传承自老祖宗的饕餮本质在作怪，每一个中国娃或多或少对吃都有着别样的注意与钟爱，哪怕是出去旅游，吃也是最不容忽视的重要因素。

中国人爱吃、会吃、懂吃，自有一套“吃货”的艺术，作为大明天朝曾经的附属国，暹罗也自然有着自己的饮食艺术。

泰国的餐饮和美食，在世界上也是名声煊赫的，群芳荟萃、干货十足、色香味俱佳，那绝对不是开玩笑——冬阴功汤、糯米饭、泰式炒饭、咖喱以及丰富的热带水果，自是不容错过。此外，大城的船上米线、合艾的炸鸡、清迈的烤辣椒、迹里的炸猪皮、伊森的青木瓜沙拉也都是让人咬掉舌头也要吃的绝品。

泰国的饮食，无论是甜点、汤、饭还是饮料，都秉承着艳丽、多彩、生动的天赋，一眼望去，红、白、蓝、绿、紫、黄、黑各色交杂，还没吃就已经醉了。

大象·人妖·风光璀璨

吃了、喝了、玩儿了，还有什么？看呗！

阳光、沙滩、海岛、佛寺、美食，是泰国的标志，更能体现泰国特色的却是大象和人妖。

大象就不必说了，虽然世界上有大象的地方不少，但和大象相处得如此和谐的却只有泰国。在泰国，大象不仅是国宝，还是“公民”——在曼谷、清迈、大



泰国典型的镀金佛像

- ① 泰国寺庙中供奉的金佛
 - ② 泰国佛教建筑
 - ③ 泰国大皇宫中的奇那瑞鸟神
 - ④ 泰国必玩项目“骑大象”
 - ⑤ 蒂芬妮人妖秀表演
 - ⑥ 椰树风光
 - ⑦ 九世皇庙
- 泰国人都叫它“国王庙”，建筑风格与其他庙宇不同，朴素精巧，简洁干净。
- ⑧ 造型各异的泰国佛像



城、素可泰、清莱等，大街上、小巷中、河滩边、公园里，悠然闲逛的大象比比皆是，大象训练营中，多才多艺的象哥象姐更是镁光灯下的宠儿。假如某天一觉醒来，看到一头大象在你的窗边偷窥，千万别惊叫，那很正常。

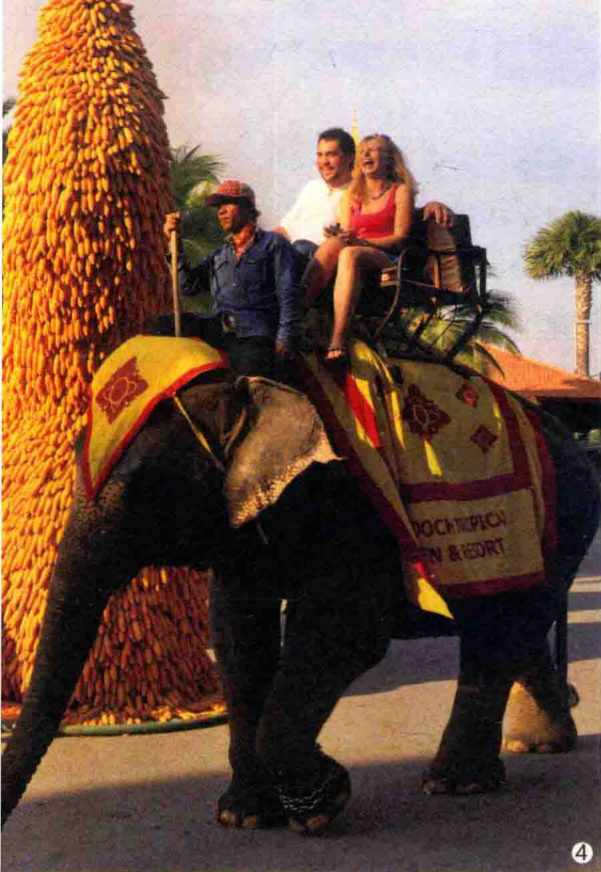
除了少数利欲熏心的偷猎者，每个泰国人对大象都分外友善。曾经的泰国国旗就是白象旗，白象在泰国的地位和龙在中国的地位是一样的，只不过白象是活生生的，可以和泰国人肩并肩、手拉手，一起做朋友，龙在中国，却只是个传说。

象也是泰国的图腾，白象更是佛教的护教神兽，所以，在泰国不管是售卖，还是购买以野生动物为原材料的工艺品、食物等都是犯法的，买卖象牙更是绝对不行。

人妖是泰国的特色。泰国人妖，几乎已经成为泰国明信片上永远都不会缺失的主角。

他（她）们丰姿妖娆、身材婀娜、容颜俊秀，他（她）们多才多艺、歌声婉约、舞姿曼妙，蒂芬妮人妖秀、西蒙人妖秀等各种大中小型人妖秀场就是他（她）们最绚丽的舞





4



7



8



5



6

台。到了泰国，不去看看人妖秀，绝对是一种遗憾。

人妖，仿若流星，绚烂过、芳菲过，虽然生命短暂，虽然饱受争议，但他（她）们的美丽却绝对耀眼而璀璨。

每个国家都有自己的符号，每个民族都有自己的守望，每个地区都有自己的特色，每个人都有自己的虔诚，这句话，开头说过，现在还要说。

泰国的符号是什么？是佛教，是海滩，是冒险。泰族的守望是什么？是自由，是快乐，是精彩。泰国人的虔诚是什么？是平静，是微笑，是谦和。白色的佛光，蓝色的梦幻，红色的激情，纵横交织，这就是泰国。

泰·地理

象头上的湄南风情



微风轻轻吹过湄南的发髻，漾起一池涟漪，挥挥手，一步跨过呵叻高原仿佛被火焰染红的沙土地，南部半岛旖旎的热带风情就瞬间走进了伊人的眼帘。恍恍惚惚间，似乎已经忘却，原来这块仿佛巨象头颅的土地，还有一个名字，叫暹罗。

① 独具特色的泰国风光

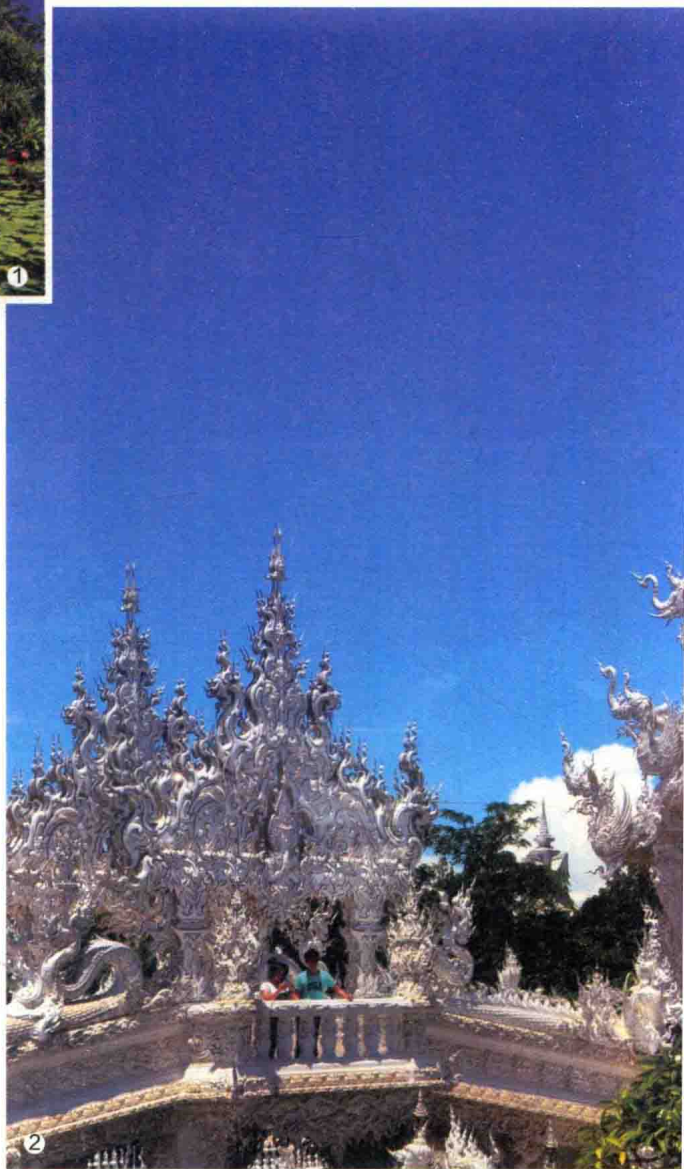
这里风光旖旎，任你自在流连，享受完美假日。

② 泰国清莱府灵光寺

清莱的灵光寺以它的纯白独树一帜，阳光下，这座白色的庙宇徜徉在蔚蓝的天空下，闪着耀眼的光芒，就像一件美丽的艺术作品。

③ 泰国首都曼谷夜景

④ 大象训练营中的大象表演



最近,《那年那兔那些事儿》在网上风靡一时,表面柔弱、内里却极度腹黑的大陆小白兔一夜间蹦进了许多人的视野中,美国白头鹰、法国大公鸡、英国约翰牛、德国汉斯虎、阿拉伯骆驼、东南亚的各种猴子更是深入人心。而在泰国,亚洲象才是它的代表。

亚洲象是泰国的国宝,也是旧时泰国最主要的交通工具。随便找本地地图瞄上一眼,泰国的地理轮廓都和大象的脑袋很相似,马来半岛更是上帝赐予它的长鼻子,炫目得很。

地形·北高南低多变幻

泰国国土面积不大,51万平方千米左右,和法国差不多大,东西最大距离为775千米,南北最长间距为1650千米,地势起伏,北高南低,从西北向



▲ 绵延壮美的喜马拉雅山脉

东南地势不断倾斜,越来越低,最低海拔为0米,最高海拔则为2565米。平原、山地、高原三大地形则很默契地将象头划分成了四片区域——北部、东北部、中部和南部。

喜马拉雅皑皑的雪峰不甘寂寞地迈出国境线向东南伸展,胳膊还没伸直,就已经形成了纵观泰国南北的庞大山系,尤其是“近水楼台先得月”的北部,更是山地的主要聚集地,多纳-德林达依山脉昂着脑袋招摇自己的雄壮,登劳山脉看上去比较羞涩,对泰国第一高峰、海拔2565米的因他农也不是太感冒,每日里只会用雨林织成的纱巾将自己的“脸蛋”牢牢遮住,以防别人看到他的青春痘(山地部落),不过要说纱巾这东西,其实登劳山脉戴

