

 NATIONAL
GEOGRAPHIC

美国国家地理学会旅行家丛书

- 最详尽的旅游指南
- 最实用的独家贴士
- 最精彩的完美体验
- 最不容错过的美景美食



泰国

(英) 菲尔·麦当劳 (英) 卡尔·帕克斯 著
王佳灵 王静珊 译



旅游教育出版社



Copyright © 2001, 2006, 2009 National Geographic Society. All rights reserved.
No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, without permission in writing from the National Geographic Society, 1145 17th Street N.W., Washington, D.C. 20036-4688.

Copyright Chinese edition © 2010 National Geographic Society All rights reserved.

中华人民共和国国家版权局著作权合同登记图字：2010-01-603号

丛书策划：刘 权 李荣强

责任编辑：李荣强

图书在版编目（CIP）数据

泰国/（英）麦当劳，（英）帕克斯著；王佳灵，王静珊译.—北京：旅游教育出版社，2010.7

（美国国家地理学会旅行家丛书）

ISBN 978-7-5637-1987-7

I.①泰… II.①麦… ②帕… ③王… ④王… III.①旅游指南—泰国

IV.①K933.69

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第092106号

美国国家地理学会旅行家丛书

泰 国

（英）菲尔·麦当劳 （英）卡尔·帕克斯 著

王佳灵 王静珊 译

项目策划：北京时尚博闻图书有限公司

网 址：www.book.trends.com.cn

出版单位：旅游教育出版社

地 址：北京市朝阳区定福庄南里1号

邮 编：100024

发行电话：（010）65778403 65728372 65767462（传真）

本社网址：www.tepcb.com

E-mail：tepx@163.com

印刷单位：北京国彩印刷有限公司

经销单位：新华书店

开 本：889×1194 1/32

印 张：12.25

字 数：410千字

版 次：2010年8月第1版

印 次：2010年8月第1次印刷

定 价：58.00元

（图书如有装订差错请与发行部联系）

美国国家地理学会



旅行家 泰国



美国国家地理学会



旅行家

泰国

(英) 菲尔·麦当劳 著

(英) 卡尔·帕克斯

王佳灵 王静珊 译



目 录

敞开心扉去旅行吧 6

计划行程 8

■ 历史与文化 13

今日泰国 14 民族与宗教 22 国土 30

特写: 饮食 34 泰国历史 38 艺术 50

■ 曼谷 63

特写: 王室 74 特写: 佛祖的手势 80

漫步老洋人区 100 都实公园漫步 106

泛舟湄南河 112

■ 曼谷周边 117

特写: 死亡铁路 128

特写: 大城的建筑和雕塑 134

■ 东海岸 147

■ 泰国东北部 163

特写: 丝绸 178

■ 泰国中部 191

特写: 素可泰艺术 200

■ 泰国北部 211

清迈市区散步 218

特写: 北部山地部落 234 特写: 兰花 246

特写: 北部国家公园 255

■ 泰国南部 261

碧武里漫步 266 特写: 海上人家 284

特写: 南部的国家海洋公园 296

■ 泰国远南地区 307

特写: 2004年海啸 338

旅游指南 347

酒店与餐厅 355 在泰国购物 379

娱乐活动 383 语言指导与菜单 387

敞开心扉去旅行吧

明智的旅行者会为出行精心安排，满载收获而归。当您带着责任感去旅游，所到之处，您都能为当地野生动物、历史古迹和文化遗产的保护尽一份微薄之力。同时，您也能丰富自己的阅历。

想成为读懂地理、有见识的旅行者吗？下面是很好的建议哦：

- 意识到您的到来会给旅游景点增添一抹色彩。
- 把您的金钱与时间花费在有地方特色的东西上吧。（当然，这会使旅行趣味盎然）
- 尊重目的地的自然遗产和文化遗产。
- 尊重目的地的习俗和传统。
- 当看到某个有趣的地方和独一无二的事物时，如自然风光、音乐、食物、具有历史意义的村庄、建筑，面对当地居民，请不要吝惜您对它们的赞叹。
- 有钱捧钱场，没钱捧人场：支持那些为保存地方特色而努力的人们，多光顾一些特色买卖。发掘特色商店、餐厅、酒馆，还有热爱当地、精心呵护它并以它为豪的旅游工作人员。不要去那些有损当地特色的商店。
- 丰富自己，归家时带回去更多的回忆与故事，心里明白自己这一趟为目的地的保护作出了贡献，旅游使目的地更具内涵。

这种旅游被我们称为“地理旅游”（geotourism），其定义是：“旨在支持或增强一个地方的地理特征的旅游，包括其环境、文化、审美倾向、遗产和当地居民的生活状况。”想了解更多，请登录“《国家地理》杂志目的地可持续发展研究中心”网站www.nationalgeographic.com/travel/sustainable。



旅行家

泰国

作者简介

菲尔·麦当劳（Phil Macdonald）于1989年从澳大利亚的悉尼来到香港，以继续从事早在8年前他在西部沿海城市珀斯开始的新闻事业。他曾受聘于《香港虎报》和《南华早报》数年，后取道老挝和新加坡于1996年定居于泰国的普吉。现居曼谷，是一名自由撰稿人和发行人，已出版了几本书。他的兴趣主要包括东南亚政治和近代史，泰国南部海滩。

卡尔·帕克斯（Carl Parkes）的童年在美国和日本度过，在那里开始喜爱亚洲，现居旧金山。帕克斯已出版了数本东南亚的旅游指南，并为多家报纸杂志撰稿。

特沃·瑞斯（Trevor Ranges）为本书2009版写了新的报道并对以前的文章进行更新。在为该版搜集素材，展现泰国的舒适环境和真实文化的过程中，他着重表现了这个“微笑国度”人民的热情好客。他还为即将出版的《美国国家地理学会旅行家——柬埔寨》（*National Geographic Traveler Cambodia*）撰稿。

为此书作出贡献的还有泰国清迈的德蒂姆（Tim）和欧伊·马拉克兰（Oi MaLachlan）。

计划行程

泰国以可口美食和宏伟的庙宇著称，但对初到泰国的游客而言，种种旅游经历会使他们啧啧称奇。首都曼谷这座现代化都市是购物天堂。在北部的清迈最适于探寻远古历史和户外探险。泰国的海滩绵长，碧水明澈，可在那里潜水，体验海边按摩。

如果有一周的时间来泰国旅游，先在曼谷两日；随后四天去北部体验文化、欣赏美景，或在南部小岛上彻底放松；最后回曼谷选购纪念品。泰国有20多个国内机场，航线四通八达。航空公司有泰航（Thai Airways），曼谷航空公司（Bangkok Airways），泰鸟航空公司（NokAir）（泰航的廉价航空公司），One-two-go航空公司和泰国亚洲航空公司（Thai Air Asia）（主要承担地区性飞行的主要廉价航空公司）。乘火车旅行舒适惬意。泰国铁路机构（The State Railway of Thailand）（www.railway.co.th）经营4条主要火车线路和大量小城镇间的铁路支线。除了交通拥挤的曼谷和清迈之外，租一辆汽车或摩托车在泰国旅游也是一个不错的选择。

必游之地：

曼谷的令人炫目的大王宫和玉佛寺 69~73

参加泼水节和水灯节 21

观看泰国丝绸制作过程 57~58, 169

观看或学习泰拳 61

游览大城，回顾暹罗的鼎盛时期 132~140

清迈及其独特的山区景观 214~223

泰式烹饪课 224

住在泰国乡村人家 235

精彩体验：大象 238

泛舟攀崖湾 331~335

曼谷及周边

行程第一天，先去金碧辉煌的大王宫（Grand Palace）和清莱帕部寺（Wat Phra Kaew）——玉佛寺，它们位于曼谷市中心，湄南河（Chao Phraya River）沿岸。附近的国家博物馆和国家美术馆是了解泰国古代文化的最佳地点，然后跳上一辆叫嘟嘟车（tuk-tuk）的三轮摩托车去卧佛寺（Wat Pho）观卧佛，享受寺内传统的泰式按摩。乘船漫游吞武里（Thon Buri）运河，品味传统的泰国生活方式。然后去黎明寺（Wat Arun）鸟瞰整个城市。最后在河边餐厅结束第一天的旅行。

在曼谷的第二天，早晨先去丹嫩沙多水上集市（Damnoen Saduak Floating Market）；然后去吉姆·汤

泰国风俗和文化礼仪

游客常常误解泰国文化，其实泰国人通常保守而且敏感。如果外国游客行为举止粗鲁不当，即使他们本人还没有意识到，泰国人都会替对方感到难堪。以下这些可以帮助你了解泰国的礼仪：

着装：在寺庙不能穿露出肩膀和膝盖的衣服，这条原则同样适用于使馆、博物馆、其他官方机构，以及与泰国人共同进餐的场所。除非是在海滩，否则无论天气多么炎热，穿着暴露都会令人侧目。

泰国人家：去登门拜访泰国人时，应送上水果之类的礼物，并在进

门前脱掉鞋子，这样才是礼貌的。

身体：头部是身体最神圣的部位，而脚部最为低下。所以不要触摸别人（包括孩子）的头，也不要以鞋底对着他人，包括不要把脚抬高放在桌椅上。

国王：不可以任何方式诋毁国王（或王室成员），这样既违法又有悖于社会规范。

表示喜爱/感情流露：泰国人在表露对异性感情方面普遍较为保守，所以避免公开示爱。此外，夸张地表示气愤或悲伤只会令泰国人静静地摇头，或不加理睬。

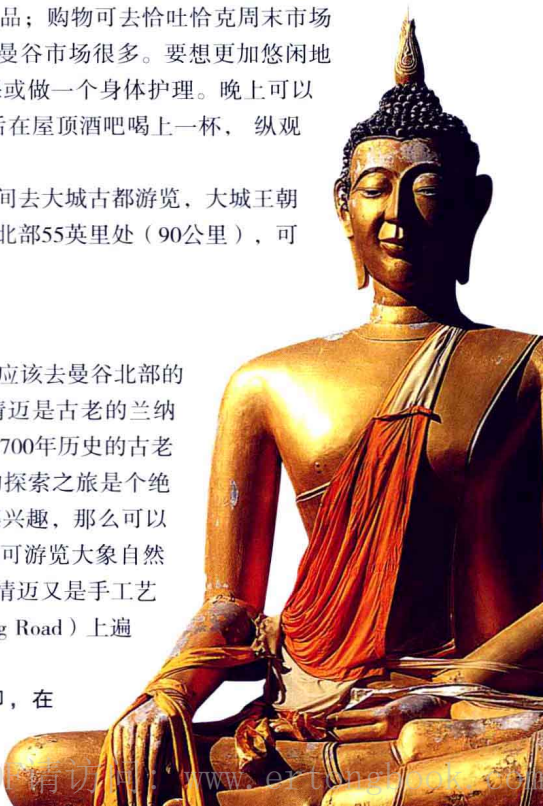
普森故居（Jim Thompson's House），这是一座美丽的柚木构造的古老建筑，收藏有大量的古代工艺品；购物可去恰吐恰克周末市场（Chatuchak Weekend Market），曼谷市场很多。要想更加悠闲地度过一天的话可以选择学习烹饪课或做一个身体护理。晚上可以观看传统木偶戏或泰拳比赛，然后在屋顶酒吧喝上一杯，纵观美景。

倘若时间充裕，可以花一天时间去大城古都游览，大城王朝建立于1351年。大城古都位于曼谷北部55英里处（90公里），可乘汽车、火车或乘船到达。

清迈和山区

对文化和户外活动感兴趣的人应该去曼谷北部的清迈，乘飞机一个小时可到达。清迈是古老的兰纳王国（Lanna Kingdom）的首都，有700年历史的古老寺庙。从这里开始进入山地部落的探索之旅是个绝妙的选择。如果你对徒步旅行不感兴趣，那么可以到附近的山地部落畅快一日游，还可游览大象自然保护区（Elephant Nature Park）。清迈又是手工艺品中心，三坎蓬路（San Kamphaeng Road）上遍

佛祖身安吉祥之坐，手作降魔之印，在菩提树下成正觉。



何时去

多数游客会于每年的11月至次年2月去泰国，这期间气候凉爽干燥，降水稀少，温度适宜（28℃~32℃）。（如果在山区旅游，夜晚气温会骤降，所以需要带毛衣。）但问题是各景点游人如织，酒店房间紧俏。3—6月天气最热，温度会达到38℃，尤其在东北部平原地区，而且湿度可高达80%，此时旅游会感到闷热不适。

布手工艺品作坊。

从曼谷向东北110英里（180公里）是著名的金三角中心清莱（Chiang Rai），向西北220英里（360公里）是夜丰颂（Mae Hong Son），在那里可以尽享徒步旅行的乐趣、山地部落和山区美景。

海滨

如果喜欢阳光沙滩，泰国两大海滨碧水蓝天，岛屿秀美。从曼谷坐飞机一个小时就可到达西海岸最著名的普吉岛（Phuket），那里既有封闭的

私人海滨胜地，又有游人众多的帕通海滩（Patong Beach），水上活动和夜生活都十分丰富。普吉岛有世界一流的温泉疗养，还是潜水、垂钓和航海中心。而附近的甲米（Krabi）府岛屿幽静，更适合休闲。无论从普吉还是从甲米出发，绝不可错过潘娜湾（Phangna Bay），石灰柱插在碧绿的海水中，蔚为壮观。最好是坐皮筏探寻那数以百计的小岛，包括007岛（James Bond Island），而披披岛（Ko Phi Phi）则是潜水者的最爱。铁杆潜水爱好者可能愿意一连几天都待在去诗米兰群岛（Similan Islands）的潜水船上。

很多游客喜爱去东海岸的沙湄岛（Ko Samui），它在泰国湾沿岸，从曼谷乘飞机向南大约一个小时即可到达。沙湄岛与曼谷截然不同，其特色是高尔夫球场，但是你也可以花上几天时间参加水肺潜水证书课程。如果你已考取证书或者只是想学习潜水，那么最佳地点是道岛（Ko Tao），从沙湄岛乘船两个小时即可到达。游客还可以选择潜水去道岛附近的南悠岛（Ko Nang Yuan），或乘皮划艇游览安通群岛国家海洋公园（Ang Thong Marine Park）。如果对这些都不感兴趣，可以去帕岸岛（Ko Phan Ngan）作温泉疗养或健身静思。

独家贴士

食品饮料要收7%的增值税（VAT），通常已包括在价格中，有些地方要收10%的服务费。一般做法是根据场所档次不同留下20泰铢~100泰铢，或付10%小费。（一

般在低档消费场所无须付小费）服务员和行李员对20泰铢~100泰铢的小费会欣然接受；而出租车司机一般不找零，所以最好使用小面额钞票。



普南（Phra Nang）最美丽的海滩之一是公主海滩（Tham Phra Nang Hat），一名小贩在出售玉米。

另辟蹊径

想要避开常规路线另辟蹊径的游客可以去东北部的怡伞

（Issan），探寻古代高棉寺庙和以

农业为主的乡村生活。乌隆（乌隆他

尼）（Udon Thani）在曼谷北部，乘

飞机约一小时到达。热爱自然的人会

选择考索国家公园（Khao Sok National

Park）（从曼谷向南乘飞机约一小时

到素叻他尼〔万伦〕〔Surat Thani〕

或者甲米〔Krabi〕），还可选择考艾

国家公园（Khao Yai National Park）

（位于曼谷东北部108英里〔175公里〕

处，可乘公共汽车、小汽车或火车）。

这两个地方都是当地鸟类和野

生动植物保护区，包括大象！从曼谷

向北乘飞机35分钟就到了古都素可泰

（Sukhothai），那里保留的遗迹令人

瞠目。每年11月在这里举办的水灯节

（the Loy Krathong Festival）蔚为壮

观，引人入胜。■

须带物品

泰国四季炎热，一般无须外套或毛衣（除非在冷气十足的室内）。外套、领带和考究的裙装在曼谷少数几家高级餐厅或许有必要，否则只是增加了行李的负担。

应携带轻薄的棉质服装或其他天然纤维制成的衣服。少带几件即可，因为泰国服装质量上乘，琳琅满目，尽可以在这里选购。行走舒适的鞋子必不可少，参观寺庙时可穿凉鞋，便于在进入寺庙前脱下。

其他物品包括医药包、针线包、小雨伞、驱蚊剂、药物处方和一些重要文件复印件。



历史与文化

今日泰国 14~21

精彩体验：说泰语 17

民族与宗教 22~29

国土 30~33

特写：饮食 34~37

精彩体验：果雕 37

泰国历史 38~49

精彩体验：文身 41

艺术 50~62

精彩体验：手工艺品 57

精彩体验：泰拳 61



卧佛寺中的卧佛。

今日泰国

与东南亚的其他国家不同，泰国从未沦为殖民地。当该地区的其他国家狼烟四起的时候，泰国既没有经历内战，也没有发生种族冲突。这种堪称伟大的成就在其国家名字中得以体现：泰国，意为自由之地。

虽然泰国曾受到缅甸和高棉人的入侵，也曾于第二次世界大战期间被日本短期占领，但泰国总能摆脱外国强权的长期统治，这在泰国人的本性中亦有所反映。泰国人极其自尊与独立。但这些特性在泰国人身上并没有表现出傲慢自大，而是面对外国人时的自信与慷慨。很多游客认为泰国人很好相处，而且喜欢玩乐。一般而言的确如此，但他们也同样崇尚独立，固守历史。即使外国文化的大潮汹涌而来，不可避免地在这个国家处处留下印痕，但泰国人依然顽强地保留着自己鲜明的民族特性。

所以，如果见到这样自相矛盾的情景，你无须惊讶：古老文明与动感时尚并存。传统文化固守阵地，抵御着现代化的浪潮，激动与困惑交织在一起。以曼谷为例，人口多达800万，是名副其实的泰国第一

高大辉煌的寺庙坐落在写字楼旁边，里面摆满了镀金佛像，仿佛不断地提醒人们佛教的影响遍及整个泰国。

大城市。在这里，东西方文明不仅是交会，而是激烈地碰撞。这里交通拥挤，人群熙来攘往，写字楼鳞次栉比，夜晚霓虹闪烁；大型的购物中心里，购物狂不知疲倦，时尚达人出没，还有相当一部分皮条客。而这个城市的另一面：佛教僧侣身着橘黄色长袍搭乘曼谷的现代化轻轨，骑手坐在大象背上，慢悠悠地走在车水马龙的素坤逸路（Sukhumvit Road）上，旁边还有宝马汽车，色彩鲜艳的三轮摩托车和吐着黑烟、拥挤不堪的公共汽车。在安静的小巷，人们做着家常便饭，每天对着柜子上的佛龕烧香拜神。人们见面仍施传统合十礼，（双手合十放在胸前，头微微低下。更多介绍，参见187页）高大辉煌的寺庙坐落在写字楼旁边，里面摆满了镀金佛像，仿佛不断地提醒人们佛教的影响遍及整个泰国。

泰国的历史、艺术、建筑和宗教，这一切都足以吸引人们来到泰国。此外，泰国风光秀美，交通便利，美食诱人，治安良好，泰国人民热情好客，凡此种种，使你不虚此行。

泰国人的性格

或许比“自由之地”更为流传的是“微笑之国”的美名。来到

到曼谷的游客常常会见到笑容满面的孩子和装饰过度的摩托车。

