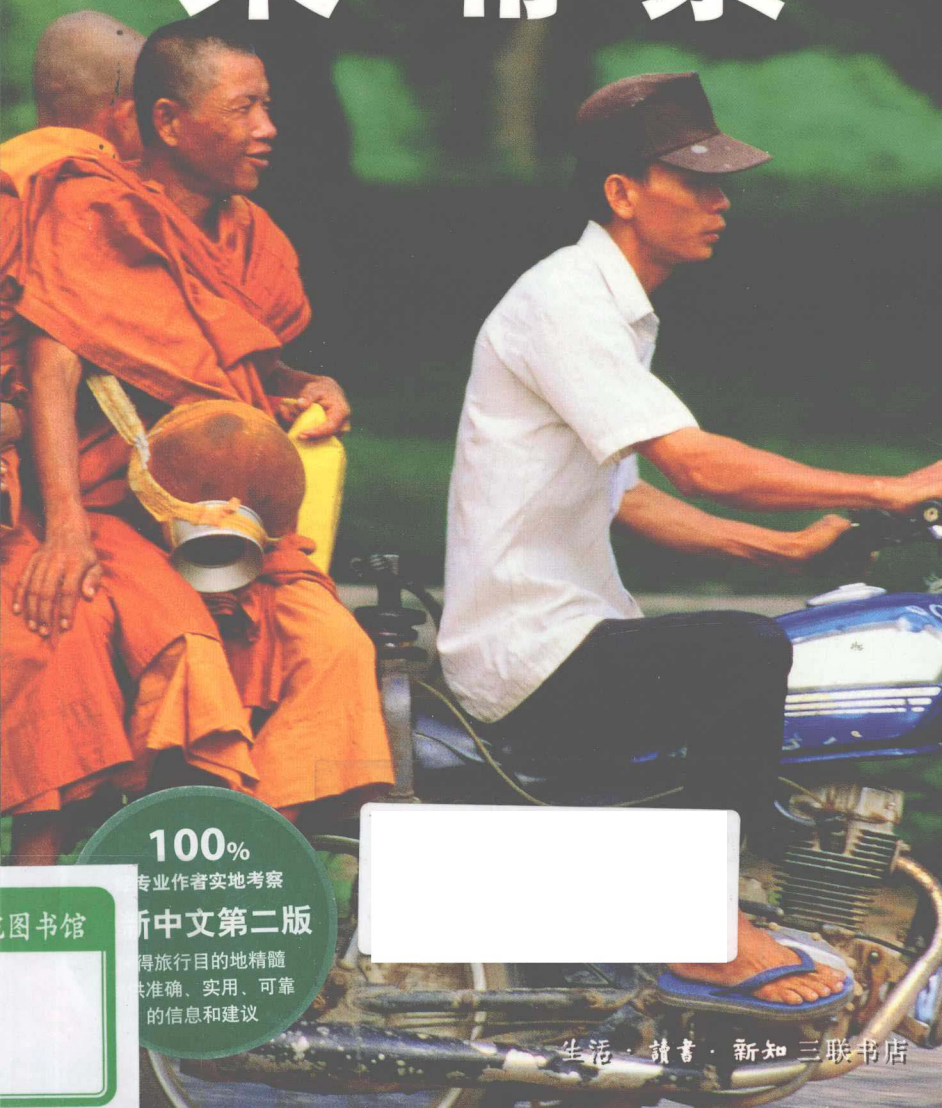


柬埔寨



100%

专业作者实地考察

图书馆

新中文第二版

得旅行目的地精髓
供准确、实用、可靠
的信息和建议

生活·讀書·新知 三联书店

如何使用本书

住宿和就餐部分的评论是按价格由低到高排序的。
有关地图图标的详细信息, 请参考本书最后一页的
图例。

	电话	家	家庭房
	营业时间	四	四人间
	空调	房	房间
	可以上网	单	单人间
	游泳池	套	套房
	双人床	三	三人间
	宿舍床位	双床	双床双人间

汇率

除非特别说明, 本书中价格单位为柬埔寨瑞尔 (r),
泰铢(B) or 美元(US\$)。当前汇率请查看 www.xe.com。

人民币	RMB1	=	606r
澳元	A\$1	=	2686r
加元	C\$1	=	3297r
欧元	€1	=	5269r
日元	¥100	=	4234r
老挝基普	1000kip	=	485r
新西兰元	NZ\$1	=	2114r
泰铢	10B	=	1153r
英镑	UK1	=	7609r
美元	US\$1	=	4144r
越南盾	10000d	=	2371r

价格范围

	住宿
经济	<US\$15
中档	US\$15~75
高级	>US\$76

除非特别说明, 所列价格均为带浴室房间的旺季价。

电话

普通的六位电话号码前需加拨地区代码。	
柬埔寨国家代码	855
国际接入代码	001 或 007
金边地区代码	023
暹粒地区代码	063
西哈努克市地区代码	034
救护车	119
火警	118
警察局	117

Lonely Planet 消费指数

1L 汽油	4000r
1L 瓶装水	1000r
大瓶吴哥啤酒	8000r
面条汤	3000r
纪念T恤	8000r

更多价格信息, 请见 17 页。

营业时间

银行	周一至周五 8:00am~3:30pm, 周六 8:00~11:30am
----	---

营业场所 和商店	周一至周六 8:00am~6:00pm 大多数周日也营业
-------------	---------------------------------

餐馆	当地 6:30am~9:00pm 国际 7:00am~10:00pm 或仅中、晚餐
----	--

特例单独列出。

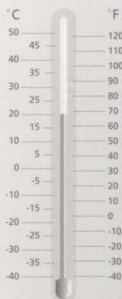
日常用语

你好。	Johm riab sua
再见。	Lia suhn hao-y
是。	Baat/Jaa (男/女)
不。	Te
请。	Sohm
谢谢。	Aw kohn
请原谅/对不起。	Sohm toh
救命!	Juay kh' nyohm phawng

单位转换

1in (英寸) = 2.54 cm (厘米)
1cm = 0.39 in
1m (米) = 3.3 ft (英尺) =
1.1yd (码)
1ft = 0.3 m
1km(公里) =
0.62miles(英里)
1mile = 1.6 km
1kg (公斤) = 2.2 lb (磅)
1lb = 0.45 kg
1g (克) = 0.04 oz (盎司)
1oz = 28 g

1imperial gallon (英国加仑) =
4.55L (升)
1L = 0.26 US gallons (美国加仑)
1US gallon = 3.8L
1L = 0.22 imperial gallons



ISBN 978-7-108-03143-3



定价: 49.00 元
中文第二版
2009 年 5 月出版

柬埔寨



Nick Ray
Daniel Robinson

THAILAND
泰国

贡开 (见 239 页)

这座 10 世纪时期的都城遗迹曾经长期难以接近,如今却可以漫步其间

吴哥遗址 (见 126 页)

瞻仰寺庙之祖,世界上最大的宗教建筑群,独一无二的吴哥窟

马德望 (见 218 页)

探寻被时代长久遗忘的建筑遗迹,骑自行车游览附近的山顶寺庙,体验柬埔寨国产火车“竹车”

Ko Chang

Ko Kut

戈公生态保护廊道 (见 167 页)
游览豆蔻山南部地区的丛林、红树林、瀑布、小岛和海滩

波哥国家公园 (见 198 页)

漫步于充满艺术气息的法国遗迹之间,凝视垂直一公里之外的海岸,在雨林中徒步漫游

西哈努克市 (见 173 页)

在美妙的海滩上晒太阳,在地图上未标记的水域浮潜,在夜晚开怀畅饮,在利阿国家公园徒步远游

柏威夏古塔寺 (见 242 页)

巨型山间寺庙的石砌圣堂让人大开眼界,美丽景色令人叹为观止,对长途跋涉的游人来说是最好的犒赏

Dangkrek Mountains (Chur Phnom Dangkrek) 扁担山脉

Chong Jom

Smach

Choam Srawnngam

Prasat Preah Vihear

Preah Vihear Protected Landscape

Choam Ksat

Sra Em

Anlong Veng

Kulen Promtep Wildlife Sanctuary

Koh Ker Crane Sanctuary

Beng Mealea

Svay Leu

Phnom Kulen (487m)

Angkor Protected Landscape

Siem Reap

Angkor

Temples of Angkor

Phnom Den

Preah Khan

Ta Seng

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

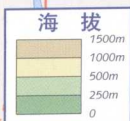
Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den

Phnom Den



腊塔纳基里省 (见 263 页)
在火山湖中游泳，探索神圣的森林墓地，游览柬埔寨“狂野东部”的维拉差国家公园

蒙多基里省 (见 269 页)
骑象穿越丛林，在隐蔽的瀑布下凉快一下，与当地普农族人同饮共醉

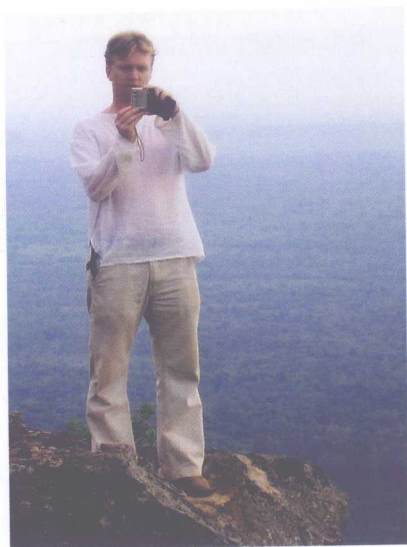
桔井 (见 258 页)
沿着波涛汹涌的湄公河中泛舟而下，寻找稀有的淡水河豚伊洛瓦底江豚

磅湛 (见 253 页)
沉浸在稻田、桃椰、历史悠久的佛塔和超级友好的当地人组成的美丽风景中

金边 (见 66 页)
精彩纷呈的博物馆、美妙绝伦的河畔风景和惊喜连连的夜生活，让你尽情感受“亚洲之珠”重现昔日辉煌时带给人们的种种欢乐

HO CHI MINH CITY (SAIGON)
胡志明市(西贡)

人在旅途



尼克·雷 (NICK RAY)

统稿作者

这张照片拍摄于山间寺庙之首柏威夏古塔寺 (Prasat Preah Vihear, 见 242 页), 它是我喜欢的柬埔寨风景之一——广袤无垠的柬埔寨低地平原与无穷无尽的地平线融为一体。虽然泰国边境有一条高速公路通往柏威夏古塔寺, 但是从柬埔寨境内骑摩托车到达柏威夏古塔寺的冒险旅程有趣得多。柏威夏古塔寺曾经是红色高棉的最后据点, 因此还得小心提防地雷, 同样危险的还有鞭笞山脊的强风。千万要把帐篷桩固定牢实了!

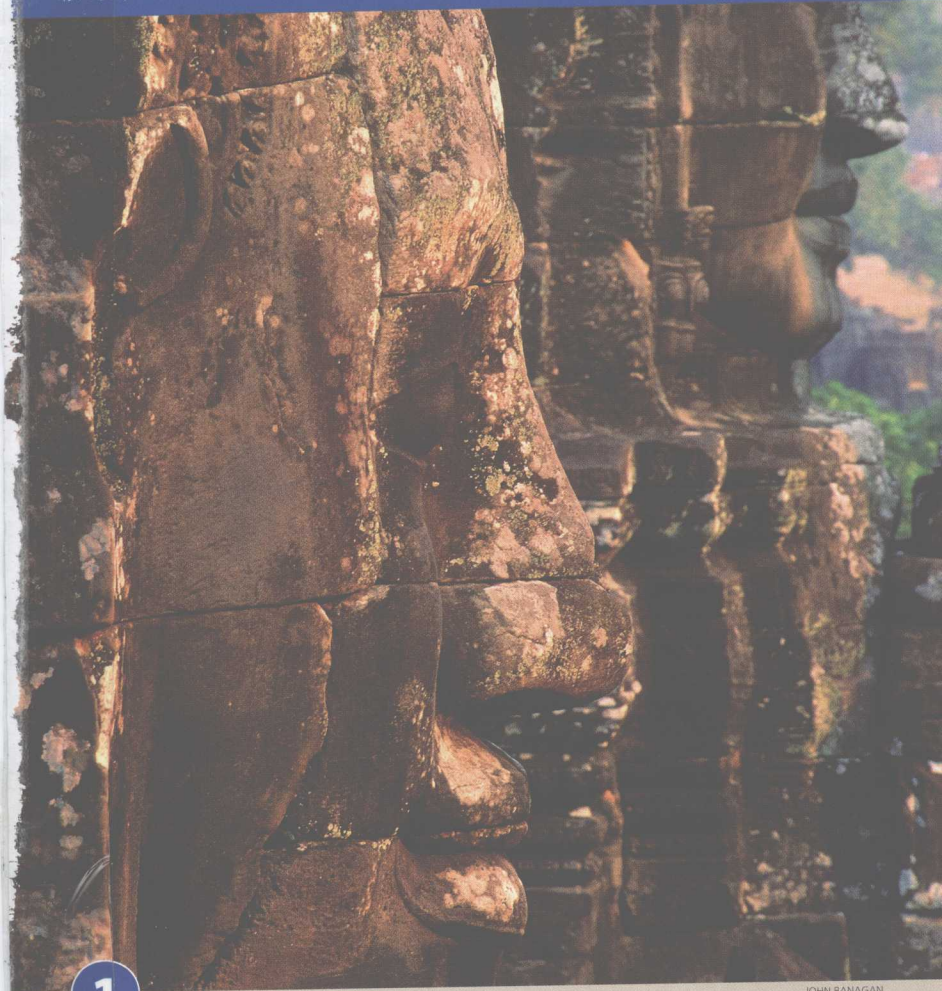


丹尼尔·鲁滨逊 (DANIEL ROBINSON)

坐上马德望的“竹车”(见 224 页), 你就可以通过弯弯曲曲的轨道咔哒咔哒地穿行在田间乡野——直到两辆竹车在单行轨道上迎面相遇。乘客人数较多(或者像这张照片一样在我身后装载一辆摩托车)的竹车享有优先权; 另外一辆竹车就得解体让出轨道。

柬埔寨亮点

游客和 Lonely Planet 员工分享他们在柬埔寨获得的旅行经验。你同意他们的选择吗？或许我们遗漏了你最喜欢的景点？欢迎登录 lonelyplanet.com/cambodia 告诉我们你认为的精彩之处。



JOHN BANAGAN

1

吴哥窟巴戎寺

有过被人监视的感觉吗？200 多个石雕面像据说都是阇耶跋摩七世的肖像，面像的目光从巴戎寺 (Bayon, 见 144 页) 高耸的佛塔上射过来，让游客不由地自惭形秽。

游客 Laurakb



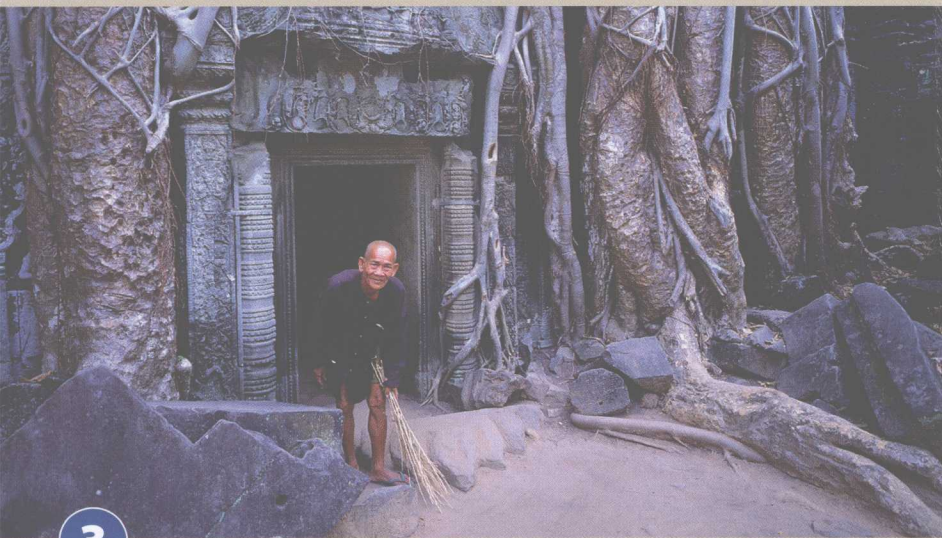
JULIET COOMBE

2

柬埔寨人

在柬埔寨骑自行车，让我们有机会游览各个主要景点以及多个小城市和小村庄。无论我们走到哪儿，有一件事情是不会变的：柬埔寨人喜欢聊天！所到之处看到的都是微笑，听到的都是“Hello”，年轻人之间交流用英语水平之高，足以进行深入交谈。虽然有的人起初很害羞，但是我们发现只要用一句讲得磕磕巴巴的高棉语（见 312 页）打破沉默，过不了多久谈话就会变得滔滔不绝。

游客 Claire Dann 和 Tabitha Langford



ANDERS BLOMQUIST

3

塔布隆寺

位于吴哥丛林之中的塔布隆寺 (Ta Phrom, 见 148 页) 是我见过的最让人害怕的地方之一。可以步行穿过这座荒废的寺庙，寺庙有一半都爬满了张牙舞爪的巨型树根；有本事的话，还可以当一回《古墓丽影》中的女主角劳拉·克罗馥特 (Lara Croft)！

游客 Crisonthemove

皇宫和银塔

吴哥窟的确气势恢宏，但如果你想获得真实丰富的体验，建议你去柬埔寨首都看看皇宫(Royal Palace，见72页)！银塔(Silver Pagoda)的地板上铺满了闪闪发光的银片，与周围饱经风霜的柬埔寨面貌格格不入。皇宫的地面同样引人注目。柬埔寨是一个充满极端的地方，这里有极其豪华奢侈的另一面。

游客 moontorch

CAROL WILEY

4



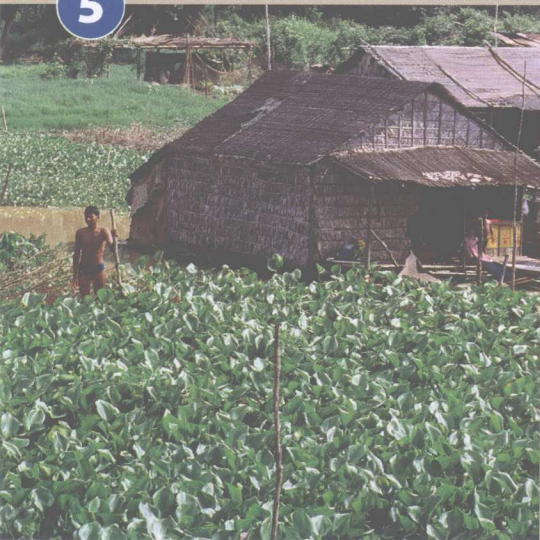
马德望

在摩托车后座上游览马德望(Battambang，见218页)周边农村地区，让我度过了美妙的一天。那天我们雇了几名摩的司机，他们带我们参观了当地的几个村子——我们看到了加工米线的艰苦过程，看到了在太阳底下暴晒的辣椒，还闻到了酿制鱼酱所用大缸中发出阵阵令人难忘的恶臭。一天下来我们全身布满灰尘，坐上简陋的竹车返回了马德望。

Lonely Planet 员工 Sasha Baskett

DANIEL BOAG

5



6

波哥山避暑地

DANIEL ROBINSON

似有幽灵出没的波哥山避暑地(Bokor Hill Station，见199页)，是20世纪20年代法国人修建的老式殖民避暑胜地，后来在战争中相继被红色高棉和越南人占领。神秘怪异的波哥山避暑地与恐怖电影《闪灵》(The Shining)中的宾馆有得一比，只是波哥山避暑地的墙上弹痕累累。

游客 cheryn





7

暹粒按摩

JERRY REDFERN/ONASIA

汗流浹背地游览了各个寺庙之后，我们找来暹粒的盲人按摩师(见111页)，享受了一次舒缓身心的按摩服务。你有过这样的谈话经历吗，你们两个人说着不同的语言，而且对方不能用眼睛读懂你的肢体语言？尽管闹出了令人啼笑皆非的误解，但我们最后还是穿好了宽松的按摩服，躺在了按摩床上。一位上了年纪的女按摩师开始用拳头敲打我，她的一双小手出奇地有劲。这次按摩服务可能不是我所期待的舒服享受(尽管我的同伴非常享受这次按摩服务)，但是这次经历对我触动颇深——尽管失明却身怀绝技，尽管环境艰苦却意志坚强。

Lonely Planet 员工 Jennifer Garrett

竹车

只要有一台发动机和一根轮轴，安放在铁路轨道上，保持上面围栏的平衡就可以了——欢迎乘坐柬埔寨的竹车(见224页)。坐在座位上抓紧围栏，全靠10来岁的竹车司机来推断反方向是否有其他竹车迎面开过来。可以稍作祈祷啦。

游客 **providores**

DANIEL ROBINSON

8



9

白马市的螃蟹

AROON THAEWCHATTUR/ONASIA

海滨城市白马市(Kep, 见202页)正在从战后的萧条中慢慢复苏过来，快速发展成为海鲜胜地。待在一家不起眼的海滨小餐馆里放松休息时，挑选出自己喜欢的海鲜，然后厨师会在自己眼前烹饪美食，这绝对是一种享受。当地女人把活螃蟹放入浸在水中的笼子里，我们找她们买了些螃蟹——竞争相当激烈，也非常有意思。可供选择的螃蟹实在是太多了，我们都不知道该怎么办，但是随处可见的贡布胡椒螃蟹是绝对不能错过的。我们咂吧着嘴儿离开了白马市。

Lonely Planet 员工 Annelies Mertens

托尼·惠勒致中文版读者

1972 年我离开伦敦，准备花一年的时间周游世界。那一年，我刚 25 岁，而我的妻子莫琳只有 22 岁。我们没什么钱，也根本没有想到这是一次多么漫长的旅程，远远超过当初预计的一年。事实上 30 多年后，我们依然在路上。

就在这条没有尽头的旅途中，我们创建了 Lonely Planet，今天它已经发展成为世界上最大的一家旅行指南出版公司。这一路我们曾经历了太多的风风雨雨，起起落落。6 个月后当我们穿越欧亚两洲到达澳大利亚悉尼时，我们的全部家当只剩下了 27 澳分（约合 2 元人民币）。但不管怎样，在这条路上我们度过了真正幸福的时光。

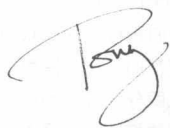
一次又一次，我们认识到旅行不仅是世界上最大的产业，同时还可以让一个国家的人民去认识另一个国家的人民。一次又一次，我们发现素不相识的陌生人对于在路上的旅人会表现出难以置信的友善和乐于助人。我们也发现自助旅行是旅行的最佳方式，这时，你不再是一个旅游团中面目模糊、毫无个性的一位，你是一个独立的个体，你所有的交流和所有的友谊，都将是由你——一个独立的人，去和另一个人直接发生联系。

此外，旅行比你想象的更容易。我只会说一点点汉语，然而我却游遍了中国，一点障碍都没有。在汽车站，会有人卖给我车票；在餐馆，会有人把饭菜摆在我面前；在旅馆，会有人帮我找房间。当你在中国境外旅游时，你会发现我所遇到过的这些事情同样会发生在你的身上。

这个世界是如此广阔，如此美丽。来吧，来感受它吧。

Lonely Planet 出版公司共同创始人

托尼·惠勒 (Tony Wheeler)



LONELY PLANET 的故事

Lonely Planet 的传奇首先源自于一次经典的探险旅行，那是 1972 年，年轻的托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇从伦敦出发，穿越欧亚大陆到达澳大利亚。到达澳大利亚之后，由于有很多想要自助旅行的人不断询问他们此次旅行的情况和遇到的各种问题，因此他们决定写一本旅行手册，以满足更多人的需求。第一本 Lonely Planet 旅行指南——《便宜玩转亚洲》(Across Asia on the Cheap) 是在厨房的饭桌上完成的，之后托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇亲自到当地的书店上门推销。这本书一面世，立即成了畅销书。

接着，他们又用了 18 个月的时间重访东南亚，这次旅行诞生了第二本手册——《东南亚》(South-East Asia on a Shoestring)，后来成为同类书中最受欢迎的一本。直到今天这本书仍在销售，已经更新到了 14 版，但封面一直保留着独特的黄色（当年第一版的时候，这本书在全世界被亲切地称为“黄色圣经”）。

从厨房餐桌起步的 Lonely Planet 如今已成为世界上最大的独立旅游出版社。目前，Lonely Planet 在澳大利亚墨尔本、美国奥克兰、英国伦敦设有自己的办事处，400 多名员工全都是热爱旅游的旅行者。

现在，Lonely Planet 已出版了 600 多种旅行指南，涉及范围几乎覆盖了全世界的每个角落。产品在 200 多个国家销售，是欧洲、英国、美国和亚洲一大洋洲地区旅行指南的首选品牌。Lonely Planet 旅行指南系列定位全球，提供准确、详细、可信的信息，书中的所有信息都是由来自 40 多个不同国家的 350 多名专业作者亲身到当地调查所得，并撰写成书的。Lonely Planet 旅行指南已经陪伴世界上数千万的旅行者踏上了他们的旅程。旅行者信赖 Lonely Planet，是因为 Lonely Planet 的先驱精神，因为 Lonely Planet 可以提供有深度的目的地介绍，因为 Lonely Planet 的指南非常实用，而且能提供宝贵的旅行小窍门，还因为 Lonely Planet 坚定不移地保持其独立性。Lonely Planet 旅行指南不含任何广告，它是由旅行者写给旅行者的，通过论坛和每周 1000 封的来信，它和旅行者保持着极为紧密的联系。

如今 Lonely Planet 的创始人托尼·惠勒和莫琳·惠勒夫妇每年仍然花几个月的时间四处旅行，并依旧积极地参与 Lonely Planet 旅行指南的制作。Lonely Planet 的重点仍然放在自助游上，以便帮助旅行者探索和更好地理解这个世界。Lonely Planet 热切地期望能帮助人们走到一起，共同分享彼此的经历，丰富每个人的生活。同样，Lonely Planet 希望中文版的出版能鼓励中国的旅行者去探索世界，帮助他们获得属于他们自己的旅行经历，更好地与同样在旅途中的其他人进行沟通。

Lonely Planet 相信，旅行者可以为他们拜访的国家做出积极的贡献，他们可以去欣赏和了解这个国家的文化、野生动植物和自然风光，还可以在当地社区消费以帮助当地的经济。此外，Lonely Planet 每年都会将收入的一部分捐赠出来，这些基金用于非洲的救荒行动、印度的援助项目、中美洲的农业项目以及绿色和平行动。

如何使用本书

使用 Lonely Planet 旅行指南最让人开心的，就是你可以选择任何自己喜欢的旅行方式。Lonely Planet 相信，旅行中最难忘的经历往往是那些出乎你意料的事情，而最激动人心的发现也往往源于你自己亲身的寻觅。旅行指南不是教科书，旅行的主人是你自己。

关于内容

所有 Lonely Planet 旅行指南系列的形式基本一致。开头的章节是由专家撰写的关于目的地的历史、环境、文化等背景介绍。之后的“出行指南”提供了多方面的出行信息，如签证、货币、通讯、营业时间和住宿的选择；“健康指南”部分，关注呵护着你的出行健康；“交通指南”部分，为你的旅途提供了各种交通的信息。由于每个目的地情况各异，每本书的章节（书的主要部分）划分也有所不同，但形式是一致的。总是以背景开始，接着是介绍景点、住宿、餐饮、娱乐、购物、到达和离开，以及目的地周边的相关信息（“四处走走”）。

关于标题

Lonely Planet 旅行指南系列的标题有着严格而标准的递进结构，就像你所熟悉的俄罗斯套娃一样，一环套一环。每个标题及其所引领的下文都包含在更高一级的标题下。

如何开始使用

使用 Lonely Planet 旅行指南，并不需要从头读到尾，旅行者可以有针对性地选择重点，获取自己所需的信息。

你可以从“目录”和“索引”入手，这样可以方便地快速查看自己需要的信息。

也可以从书前的彩色地图入手，这些都是目的地的亮点，并在具体内容章节中有更详细的介绍。介绍每一个大的区域前，通常都以定位地图和另一个该地区特有的“亮点”列表作为开头。一旦你在“亮点”列表中发现感兴趣的项目，就可以利用书中提示的页码，查到更详细的描述；或者使用“索引”，寻找更详细的内容。

关于地图

地图在 Lonely Planet 旅行指南系列中扮演着极为重要的角色，每一本书中都囊括了大量有价值的地图。

地图上的图例在最后一页有说明，容易查找。同时 Lonely Planet 尽力保持了地图和文字间的联系，正文中出现的每一个重要地点都会相应地出现在地图上。利用坐标，可以很容易地找到你想找的地点。

虽然导游书中提及的内容总是带有推荐的意味，但我们不可能把所有值得推荐的好地方都列出来。没有介绍的地方，并不意味着不好，而是由诸多原因造成的，也许可能仅仅是因为不适合鼓励旅行者前往，或许这些地方需要你自己去体验与发现。

目录

人在旅途	4	金边周边	101
柬埔寨亮点	5	切维	101
目的地：柬埔寨	15	乌栋	101
旅行准备	17	洞里巴帝	102
柬埔寨节庆	21	他茅山野生动植物保护区	103
旅行线路	22	切瑟山	103
历史	27	基里隆国家公园	104
文化	42	暹粒	105
环境	52	历史	107
餐饮	58	方位	108
金边	66	信息	108
历史	67	危险和麻烦	109
方位	67	景点	109
信息	69	活动	111
危险和麻烦	72	暹粒亲子游	112
景点	72	住宿	112
活动	80	就餐	117
徒步游	81	饮品	120
带孩子游金边	82	娱乐	121
团队游	82	购物	121
住宿	82	到达和离开	122
就餐	86	四处走走	123
饮品	94	暹粒周边	124
娱乐	96	普列托尔鸟类保护区	124
购物	96	昂德罗本特莫保护区	124
到达和离开	98	水上村庄空尼	124
四处走走	100	空邦鲁洪溢林	125
		磅克良	125
		吴哥遗迹	126
		历史	126
		吴哥考古	132
		建筑风格	133
		方位	134
		信息	134
		路线	134
		团队游	136
		到达和游览	137
		吴哥窟	138
		象征手法	139
		建筑设计	140
		浅浮雕	141
		吴哥王城	143
		巴戎寺	144

巴芳寺	146
皇家围地和吴哥古皇宫	147
普拉帕利雷寺	147
提琶南	147
普拉皮图寺	147
癞王平台	147
战象平台	148
仓库和天牢	148
吴哥王城周边	148
塔布隆寺	148
巴云寺	149
巴肯山	149
豆蔻寺	150
班迭哥迪和皇家浴池	150
塔高寺	151
塔内寺	152
思宾玛	152
周萨神庙	152
托玛衣神庙	152
圣剑寺	152
龙蟠水池	153
塔萨寺	154
东人工湖和东梅奔	154
比粒寺	155
班迭萨雷	155
西池和西梅奔	155
罗洛寺	155
神牛寺	155
巴空寺	156
洛雷寺	156
吴哥周边	156
荣寺	156
布寺	156
Chau Srei Vibol 寺	157
女王宫	157
高布斯滨	157
荔枝山	158
奔密列	159
偏远的吴哥古迹	160

南部海岸 161

戈公省	163
戈公市	163
戈公生态保护廊道	167
磅逊省	173

西哈努克市	173
西哈努克市周边	184

柬埔寨的颜色 185

贡布省	193
贡布	194
贡布周边	197
波哥国家公园	198
磅德拉	201
白马市	202
白马	202
白马周边	204
茶胶省	205
茶胶	205
茶胶周边	207

柬埔寨西北部 210

磅清扬省	212
磅清扬	212
菩萨省	214
菩萨	214
豆蔻山脉北部	216
空邦龙	217
马德望省	217
马德望	218
马德望周边	223
拜林市	226
拜林	227
三洛	228
班迭棉吉省	228
波贝	228
诗梳风	230
班迭奇马和班迭峰	231
奥多棉吉省	232
三隆	232
奥斯玛	233
安隆汶	233
柏威夏省	237
圣剑寺	237
贡开	239
特崩棉则	240
特马伯伊鸚项目	241
切普兀鸚饲养站	242
君克汕	242
柏威夏古塔寺	242

磅同省	244
磅同	244
磅同周边	246

柬埔寨东部 249

柴桢省	251
柴桢	251
波萝勉省	252
波萝勉	252
乃良	252
巴贡	252
磅湛省	253
磅湛	253
磅湛周边	256
Memot	257
桔井省	258
桔井	258
桔井周边	260
川龙	260
斯努	261
上丁省	261
上丁	261
腊塔纳基里省	263
邦隆	264
邦隆周边	266
蒙多基里省	269
森莫诺隆	270
森莫诺隆周边	273
米蒙	274
空恩	274

出行指南 275

住宿	275
活动	276
工作时间	277
带孩子旅行	277
气候图	278
课程	278
海关条例	279
危险和麻烦	279
优惠卡	281
使领馆	281
节日和重大活动	282

饮食	282
同性恋旅行者	282
假日	282
保险	282
上网	283
法律事务	283
地图	283
货币	283
摄影和摄像	285
邮政	285
购物	286
电话和传真	287
时间	288
公厕	288
旅游信息	288
残障旅行者	288
签证	289
志愿活动	289
女性旅行者	290
工作	290

交通指南 291

到达和离开	291
进入柬埔寨	291
航空	291
陆路	293
团队游	297
四处走走	298
航空	298
自行车	298
船	299
公共汽车	299
汽车和摩托车	299
在公路上搭车	301
本地交通	301
搭乘、合乘出租车或吉普车	302
火车	303

健康指南 304

去之前	304
保险	304
推荐疫苗	304

进一步阅读	304
其他准备	304
旅途中	305
静脉曲张	305
时差感和运动病	306
在柬埔寨	306
卫生保健的实用性和费用	306
传染病	306
旅行者腹泻	308
环境威胁	309
女性健康	311

语言 312

音译	312
发音	312
住宿	313
基本会话	314
问路	315
求医问药	315
紧急情况	315
语言障碍	316

数字和数量	316
购物和服务	317
时间和日期	317
交通	318

术语表 319

作者 321

幕后 322

记事本 324

索引 328

绿色索引 337

地图图例 340

分区地图目录



目的地：柬埔寨

柬埔寨是个梦幻国度，游览这个迷人却混乱的王国时，你就会不由自主地沉醉其中而无法自拔。追寻万庙之王——吴哥窟里描述的神话王国——象征、对称和精神在这里得到奇迹般的完美融合。参观地狱似的监狱博物馆，你将直面红色高棉及其杀人机器。欢迎来到谜一样的王国——柬埔寨，她既有光辉岁月，又有血泪历程。这里有原生态的自然景观，是一个美丽得让人着迷的国度。

令人恐惧而憎恶的时代终于结束，吴哥再次成为这个国家的象征，吸引着来自世界各地的朝圣者。经历长达三十年的战争硝烟后，和平降临到这片美丽而贫穷的土地上。柬埔寨人民向全世界张开了双臂，旅游业确实已经兴起，只不过在这里旅行是冒险与度假参半。

现在的柬埔寨承续了强大的高棉帝国，吴哥王朝时期的高棉王国统治着现在的老挝、泰国和越南的大片土地。你可以在著名的吴哥寺庙中找到吴哥帝国的痕迹，它是整个东南亚规模最大、最壮观的遗迹。游客对柬埔寨最富魅力的奇观——吴哥窟瞥上第一眼，便会产生最为直接的感觉——震惊，世上还有为数不多几处同为此类的精选之地，比如秘鲁的马丘比丘遗迹 (Machu Picchu) 或者约旦的佩特拉城遗迹 (Petra)。

正如吴哥不光只有吴哥窟，柬埔寨也不是只有寺庙。首都金边喧嚣混乱却又魅力非凡，是政治权谋、经济活力和睿智的辩论的荟萃之地。以前，参加东南亚旅游团的游客匆匆看过吴哥就走，金边总是被忽略的对象，如今，焕发新生的金边凭借自身的魅力终于赢得了全世界的喝彩，这一切都归功于它地处河边的绝佳位置、如火如荼的文化复兴和在本地区首屈一指的餐饮业。

暹粒和金边可能是重量级城市，但是就某种程度上讲，它们无足轻重，只是一片远离柬埔寨乡村的世界。在柬埔寨，你可以体验到乡村生活的节奏，享受无限美景——让人炫目的稻田和随风摇曳的棕榈树。也可以去柬埔寨人叫作 srok (省) 的地方消磨一些时间，享受 dar leng (徒步旅行) 带来的乐趣，切实感受农村风味。

南部海岸点缀着一些热带岛屿，这里几乎连一座海滩小屋都看不到。下一个苏梅岛 (Ko Samui) 或吉利群岛 (Gili Trawangan) 正等待发现，现在，游客可扮演鲁滨逊的角色。可从海岸进入内陆的豆蔻山脉 (Cardamom Mountains)，豆蔻山脉属于辽阔的热带荒野，是各种野生动物的栖息地，也是体验新兴生态旅游探险活动的门户之地。气势磅礴的湄公河将柬埔寨一分为二，它也是东南亚仅存的淡水河豚的家园，自行车手或越野摩托车手可沿河而行，湄公河蜿蜒流过的沿岸都是传统社区。东北部是一片未知的世界，四处都是荒野和山区，那里居住着柬埔寨的少数民族，有着丰富的自然景观，比如飞流直下的瀑布和碧波荡漾的火山口湖。

尽管周围环境优美如画，维持生活对普通柬埔寨人来说却不是一件容易的事。柬埔寨仍然是亚洲最贫穷的国家之一，对大多数柬埔寨人来说，柬埔寨就意味着艰难的生存环境，因为他们不仅得与反复无常的大自然作斗争，有时还得与政客们进行斗争。根据联合国开发计划署 (United Nations Development Programme, 简称 UNDP; www.undp.org) 的报道，柬埔寨比蒙古和萨尔瓦多还穷，仅仅排在毛里塔尼亚前面，而依据反腐败监督组织“国际透明” (Transparency International; www.transparency.org) 的报告，柬埔寨仅排在 163 个国家中的第 151 位。许多柬埔寨人的收入仍然低得可怜，年均收入只有几百美元，注意，不是几千美元。教师等公务员无法靠微薄的收入勉强维持生活。

柬埔寨的原生态环境可能很吸引人，但是目前大部分地区都面临威胁。为给种植园让位，原始森林正被毁去；为修建大型水力发电站，江河将被截断；南部海岸也被几家著名的石油公司勘测准备开发。这些举措的确使经济得以迅猛发展，

基本信息

人口：大约1500万

平均寿命：58岁

婴儿死亡率：95‰

国内生产总值：83亿
美元(2007年)

青壮年非文盲率：
73.6%

年均游客量：200万
人次，逐年增长

柬埔寨僧侣人数：6万

年均淡水鱼捕鱼量：
29万~43万吨

投掷在柬埔寨的炸
弹：53.9万吨

精神病医生人数：20