



北京日报报业集团
同心出版社

一个人的旅行手冊

彭
彭
著／绘



北京日报报业集团
同心出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一个人的旅行手册 / 彭彭著. —北京:同心出版社, 2012.7

ISBN 978-7-5477-0419-6

I. ①一… II. ①彭… III. ①游记—作品集—中国—当代

IV. ①I267.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第139193号

一个人的旅行手册

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区东单三条8-16号东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65259206-8022

总编室: (010) 65252135-8015

网 址: www.bjd.com.cn/10txcbs/

印 刷: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2012年8月第1版

2012年8月第1次印刷

开 本: 787毫米×1280毫米 1/32

印 张: 6

字 数: 90千字

定 价: 30.00元

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载

自序

有人问我，为什么要花时间画这本书？起初我只是为了好玩，也为了记录下旅途的点点滴滴——惊险的、刺激的、搞笑的、失落的、感动的……想把它们都以图画的形式，保存在记忆的匣子里。

如果正在看书的你，已经决定开始一个人的旅行，相信这将是一本对你来说超级实用的旅行攻略、工具书，更是独自旅行的姑娘们的贴心指南。

如果你和很多对独自旅行充满向往又不乏担心、犹豫的女孩一样，那么，这本书就是一枚勇气果子，给你提供出发那一刻时需要的勇敢，遇到困难时需要的帮助，也或许，是一个人旅行时需要的温暖陪伴。

一个人的旅行充满惊喜。

让画里那个迷糊又细心，胆小却也果敢，一路跌跌撞撞但也坚持走下来的、普通的我，陪你一起经历吧！

彭彭：)

目录 contents

一个人的准备

一个人旅行的困惑	3
一个人的旅程准备	4
一个人的行李	5
一个人的旅行法宝—— 腰包	8
一个人搭便车	9
一个人去拼车	10
一个人坐汽车	12
一个人被搭讪	13
一个人被宰	14
一个人乘火车	15
一个人的宾馆	24



一个人的青年旅舍	26
一个人住寺庙	28
一个人露营	29
一个人的夜晚	30
一个人无处可睡	31
一个人的冬天	32
一个人生病	33
一个人吃饭	35
一个人看电影	36
一个人拍照	37
一个人的逍遥	38
一个人登山	39
一个人游古镇	41
一个人逛博物馆	42
一个人的旅行珍藏	44/45

一个人的旅程

一个人的大理	50
一个人的丽江	55
一个人的虎跳峡	63
一个人的凤凰	69
一个人的芙蓉镇	76
一个人的张家界	79
一个人的庐山	85
一个人的婺源	91
一个人的上海	98



一个人的宏村	108
一个人的西递	115
一个人的黄山	121
一个人的武当山	126
一个人的重庆	132
一个人的成都	141
一个人的开封	149
一个人的平遥	154
一个人的西安	163
一个人的宁夏	166

我以前一直都是瞒着父母出行的，让他们提前知道只会让他们担心，甚至阻止我。有时候，我也会想，这样是不是对父母的不负责任？万一我有个什么好歹，他们该多伤心……记得在呼和浩特时，我接到家里的电话，妈妈问我在哪里。我不想撒谎，但又不想说出实情，于是说在“博物馆”。这次妈妈加问了一句，在哪里的博物馆？我说“内蒙”妈妈当时就发火了，说



了些什么我也没记住。妹妹打电话给我，说爸爸气得把电话都给摔了。于是，我当天就去买火车票赶回家。回家后，父母却笑着问我玩得好不好，还说女孩子就是要出去长长见识，让原本准备挨打的我顿时愣住了。现在我大概明白了父母矛盾的心理——听说我一个人在远方立马急了，可是同时又希望自己的女儿能独立自强。现在因为出去的次数多了，父母对我也很信任，还支持我多出去走走。我会把出行的计划跟他们说，有时还一家人一起出去旅行。独自远行是不是不孝？我相信很多独自出行的女生都曾面临这样的困扰。其实，当你证明自己能够独立，即使有可能摔倒也能自己爬起来时，父母就不会有太多的担心。而这个证明，是你一直待在父母身边不可能得到的。



一个人旅行的困惑

一个人的旅程准备



机票预订

春秋航空 <http://www.chinaeast.com/>

春秋航空的机票一直以廉价闻名，主要是国内航线，且大多数是上海方向的。

携程 <http://www.ctrip.com/>

携程网可进行中高档酒店预订，旅行攻略也较多。



攻略查找

游多多 <http://www.youduo.com/>

国内旅游游多多是首选网站，网站内针对每个地方，每个景点都有介绍，而且有系统的官方攻略，也提供预订景点门票和住宿（里面有许多针对穷驴消费的客栈）。

穷游网 <http://www.qiyou.com/>

主要针对国外的旅行，尤其是欧洲的咨询十分详细，论坛也有很丰富的攻略。

天涯 <http://www.tianyaclub.com/>

天涯论坛里有很多资深驴友写的攻略，十分详细生动地记述了旅途中发生的一切，另外还有很多摄影发烧友拍的美图。

住宿预订



国际青年旅舍 <http://www.youthhostel.com>

全球连锁，地理位置、环境和装潢大多数都不错，是一个人出行的住宿首选。多人间是类似学生公寓的床位，如果是多人，住青年旅舍性价比并不算很高。另外，不经常外出的人办会员卡是不划算的。



原则:

一个人的行李

在带齐需要的东西的基础上越轻越好

③ 手机和各种充电器

手机放在腰包是最方便的, 如果没有又不喜欢随身带着, 就放在背包的小内层袋吧。



摄像机或照相机



衣服



两件舒适的, 既能内穿, 又能外穿的衣服

裤子



冲锋裤是最合适的, 保暖、防水、防尘, 容易干, 不重, 女生带条裤袜, 冷时加里面, 热时单穿。

外套



不管你去的地方天气怎样, 带件外套总是没错的, 在车上过夜的话也可以当被子用, 冲锋衣是很合适的。



内衣内裤



袜子

把要淘汰的袜子带出去, 可以不洗直接扔掉。



攻略或地图



拖鞋

有些旅店没有拖鞋, 备双拖鞋, 鞋子坏了的话就不怕要光脚了, 还能随时玩水。

④

重要的东西如身份证, 学生证, 现

金, 火车票, 银行卡……

有些背包腰带上有个小袋子, 隐秘而且背包时在身前所以很难偷, 如果没有就把这些放到背包的内层的小袋子里吧。

① 小本子和笔



MP3



如果经常听歌, 不要用手机代替MP3。

小药盒



消炎药、感冒药、拉肚子药等日常用药各备一片。

备用零食



天冷备巧克力, 天热备牛肉干, 不要备饼干和面包——口渴比饿肚子还糟。

② 洗漱用品

超市有旅行套装卖, 包括牙膏、

牙刷、洗发水、

沐浴露, 性价比

很高。

毛巾

拿小一点而且速干的, 湿毛巾很重。

拿个塑料袋装好。

镜子梳子保湿霜



护肤品不要带太多, 保湿防晒面霜就好

雨衣

比雨伞方便很多, 尤其是户外运动。

雨衣因为不透气, 冷时还有保温作用。

背包的选择:

肩带和腰带要宽, 海绵要厚, 最外层和最里层材料要防水。

一个月以内, 且不去偏僻地方的话, 30升的包够用; 如果带帐篷或睡袋, 则需要63升以上。



以下操作推荐给超级懒鬼，
请有洁癖者直接忽略——

护肤品 洗漱品 化妆品都有旅行套装卖，十几块的套装一般能用半个月左右，用完可以买空瓶，别人4倍。



1. 用沐浴露当洗衣粉。

2. 旅行时带平时穿了很久的内衣、内裤、袜子，这样穿完就直接扔了。



3. 毛巾湿了以后会很重，而且放包里很容易发臭，还会把其他东西都弄变味了。所以我出去的时候不带毛巾，洗澡就用纸巾擦干，洗脸就是猫洗脸式的啦。不过，我头发超级短，长发的女生尽可能不把毛巾弄太湿，还要记得带一个专门放毛巾的塑料袋。

6

4. 有一种塑料杯可以折叠，很轻，有盖，避免污染，合起来高度不到三厘米，市场上只要两块钱一个，那就是我的漱口杯。水喝完又没买到的时候我会用它讨水喝。



5. 如果很短途旅行可以不带手机充电器，尤其是现在大家充电器的型号差不多了太多的情况。大的火车站都有免费充电的地方。

6. 要减重衣服肯定要少带，而且要少换，湿衣服很沉，而且容易发臭，女生可以用护垫减少换内裤的次数，选择衣服的时候要注意选择易干的衣服，外层面料防水，脏了擦擦就干净的衣服最方便了，很多旅舍、宾馆没有晾衣架，带两个衣架或者带根绳子。

7. 我现在觉得裤袜真是好东西，内搭外穿都可以。十天以内的旅行带条裤袜就好了，可以和内裤轮换着穿。裤子不洗也需要晒晒，透透气。





PK



任何有楼梯的地方都不适合拖箱，如去爬山；路不平的地方也不适合，如去古镇要走的麻石路。



背包的缺点是拿东西不方便，而且如果东西太重会给身体带来很大压力。



箱子能变成凳子，
解放你的双脚。



背包方便看管而且可以
用来当被子保暖。

旅途中很多时候不方便



便背包，或者要离开

背包。比如上厕所，

去爬山，巴士到加油站，

坐火车放到行李架……这时有一个腰

包会方便很多。

带着你不方便去啦

腰包可以一直不离

身，放着最重要的东

西，还有常用到的东

西。比如钱、相机、证件、

手机等。



防贼

如果睡在自己觉得不够安全的地方，

如火车上、乱点的招待所，那就不要

解开腰包。可以蜷着身子，面对墙或

者倚背，然后身上盖点东西入睡。每

次在火车上我都是这样睡的。



因为腰包把力分到了臀部，所以人会感觉轻松一些。建议大家买个腰包，去玩的时候把背包放到旅社或存包处，带着腰包轻装出行，感觉会好很多。

一个人的旅行法宝

——腰包

现在搭便车旅行成了一种流行，省钱又能交到朋友。然而，可爱的女生魏茵，因在旅程中搭错便车而被人害了性命这件事，也给大家当头一棒，把我们打回到这个现实的世界。

搭便车前要记住 车牌号，有人觉得这样的防备很对不住好心让你坐车的人。其实相信大家也都能理解那些单独在外的孩子们，如果实在不想这么做，就偷偷地记住，发给你的亲人或朋友。在你觉得有点不对劲的时候，就当着他的面打电话给家人，说出车牌号。司机的样子和你现在待的地方。与司机聊天时，也要试图告诉对方你会时刻告知家人自己的行踪。千万不要告诉陌生人你是瞒着家里一个人出来的。



一个人搭便车

怎么能搭到便车呢？在长途货运站选择会比较多，而且会比在路上拦的便车安全，因为很多人都看到你坐上车。曾听别人说过能坐邮车，那个的安全系数最高。搭便车之前最好先商量好价格，我就碰到过狮子大开口的司机。可以给司机准备一份小礼物，代表自己一番心意。

