



Banguescoque e as Ilhas do Mar de Andaman

A capital da Tailândia é um desses lugares que não deixam ninguém indiferente, uma cidade cheia de contradições sempre coberta pelo fumo do tráfego, do incenso dos templos e das cozinhas ao ar livre. Um local apaixonante em que os arranha-céus desenham um *skyline* salpicado de pagodes milenares e onde o artesanato é vendido em improvisadas tendas de rua junto a brilhantes montras de prestigiadas marcas. Depois do reboço, as ilhas do Sul representam um contraste perfeito. Um sopro de ar fresco e natureza em estado puro: palmeiras, mar de uma cor turquesa impossível e sobretudo muita paz.

Texto: Kris Ubach

Fotos: Ricardo De la Riva / Kris Ubach

TAILÂNDIA





A arquitectura dos templos destaca a sua grande beleza.



Buda Reclinado em Wat Po.

Banguecoque: entre pagodes e tradições ancestrais

A Banguecoque mais espiritual é respirada em lugares de beleza insólita, como o Wat Po, um dos templos mais populares e com mais superlativos da cidade. Aqui está guardada a maior coleção de imagens de Buda de toda a Tailândia, mais de 1.000, entre as quais está a maior do país, o Buda Reclinado, uma estátua de 46 metros de comprimento coberta por uma camada de ouro. A pouca distância daqui, dois imprescindíveis mais: o Wat Phra Keo e o Grande Palácio. O primeiro, mais conhecido como templo do Buda de Esmeralda, é toda uma maravilha arquitectónica que compreende mais de 100 edifícios de cores brilhantes, pagodes dourados e reluzentes mosaicos que se elevam debaixo do olhar atento dos terríveis *yaksa* –gigantes míticos– que guardam as entradas do recinto. O Grande Palácio, adjacente ao templo, é utilizado em determinadas cerimónias oficiais da família Real, pelo que o acesso ao seu interior nem sempre é possível. Wat Arun é o terceiro em importância dentro dos mais de 400 lugares de culto que salpicam a cidade. Além da sua colossal torre de 79 metros de altura, e como se de uma obra de Gaudí se tratasse, este templo está decorado com milhares de pedaços de cerâmica chinesa procedentes de antigos vasilhames e conjuntos de chá.

A parte das visitas culturais, existem infinitas possibilidades de

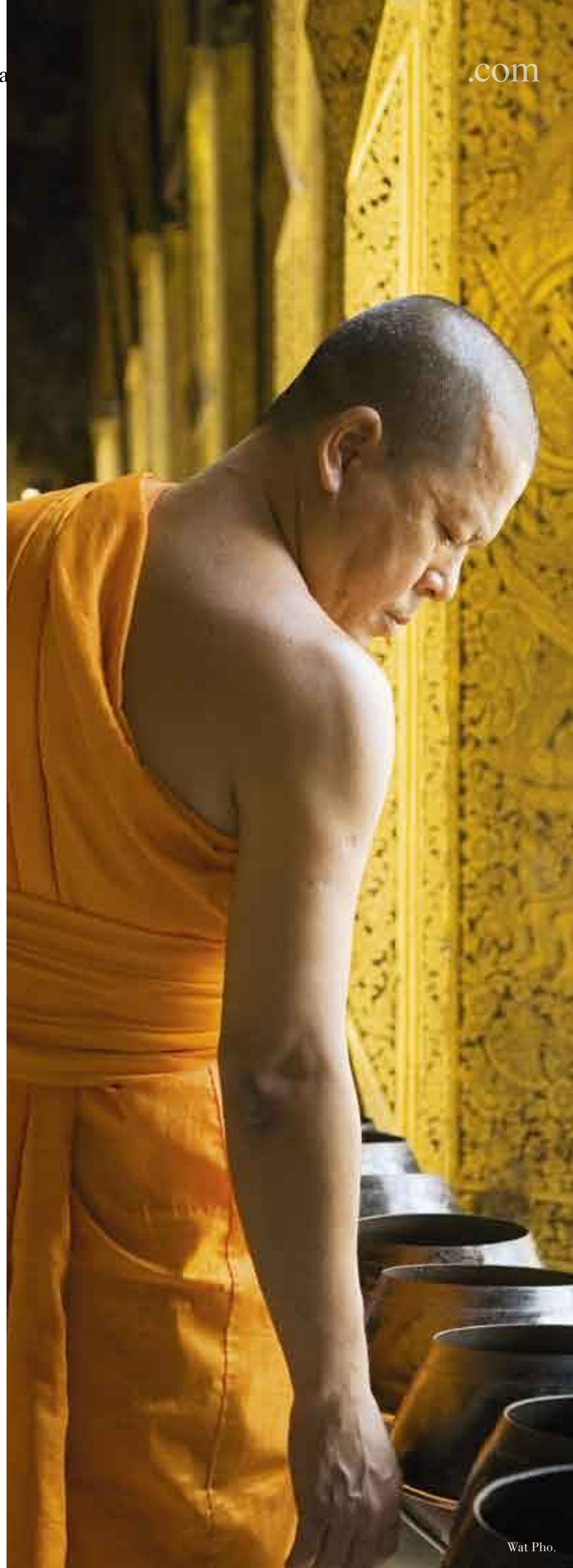
ocio na capital Tailandesa, as compras são uma delas e também a gastronomia. Para além de degustar os sabores exóticos da cozinha Thai, é possível conhecer os seus segredos das mãos de um chefe profissional. Leccionam-se vários cursos de cozinha na cidade (Blue Elephant Thai Cooking School, Manohra Cruises...) e neles se proporcionam workshops nos quais se realiza uma introdução às diferentes matérias-primas, se visitam mercados locais e se preparam alguns pratos, desde um curry verde até uma sobremesa de leite de coco.

Outra boa maneira de se introduzir na cultura Tailandesa é assistir a uma sessão de massagens. A massagem tradicional tailandesa remonta a mais de 2.500 anos atrás, quando foi introduzida na região pelo hindu Jivaka Kumar Bhaccha. Este tipo de terapia está relacionada com a acupuntura Chinesa e o Yoga Hundú e consiste numa série de estiramentos musculares e pressão em pontos específicos que ajudam a aliviar certas dores e a reactivar a circulação sanguínea. Há que ter em conta que não se trata de massagens relaxantes e, em ocasiões, pode chegar a ser até dolorosa pelo que deve assegurar-se de pedir uma sessão suave. Seguramente o melhor local, não só para receber mas também para aprender a fazer-la é a Escola de Massagem Tradicional de Wat Po.





Templo Wat Arun.



Wat Pho.



Orações e oferendas.



Visitantes nos templos.



Massagem tradicional Tailandesa.



Espectacular cenário natural em Krabi.

Sul da Tailândia

Krabi: a aventura está servida

As províncias de Krabi e Phang-Nga caracterizam-se por ter alguns dos mais belos cenários naturais da costa oeste tailandesa. Aqui, o mar é de uma excepcional cor turquesa e o horizonte está sempre salpicado por estanhas formações rochosas que lembram as paisagens da baía de Halong no Vietname ou os Guilin na China. Este surpreendente espectáculo cárstico não é somente um paraíso para os fotógrafos mas é também um dos principais destinos mundiais para os aficionados à escalada e ao mergulho. Uma boa opção para descobrir estas províncias é ter como base a localidade de Krabi já que desde este ponto é muito simples e cómodo organizar excursões de um dia pelas imediações. No Parque Nacional Marinho de Phang-Nga, um verdadeiro labirinto de canais, bosques de mangue e enormes paredes de rocha calcária, é fácil movimentar-se sobre os típicos botes *reua haang yao*, de “cauda comprida”, que se embrenham, incluso, nas grutas e atravessam povoações flutuantes. Há mais de 30 anos, Roger Moore e Christopher Lee esgrimiam as duas di-

ferenças numa das praias de Phang-Nga, no filme *O homem da pistola de ouro*. É por isso que hoje, a ilha que se ergue diante desta praia, Ko Phing Kan, foi rebaptizada como a ilha de James Bond e, logicamente, é a mais fotografada de toda a área.

Para se aventurar de um modo mais calmo na cor verde que predomina neste lugar não há melhor maneira que o fazer remando a bordo de um kayak. Existem numerosos guias que acompanham os visitantes até o mais profundo dos bosques de mangue, onde o silêncio do entorno só é interrompido pelos macacos brincalhões que aproveitam o mínimo descuido para subir aos kayaks com curiosidade.

Outra actividade muito popular em Krabi é as excursões pela selva montado em elefante. As saídas duram entre 2 horas e o dia inteiro, e normalmente incluem visitas a grutas e cascatas nos seus itinerários. A experiência, além de muito exótica, contribui para que os elefantes se mantenham como um elemento útil na industrial turística tailandesa e que, graças a isso, continuem a ser respeitados e cuidados.



O Expresso Asiático

A mítica companhia Orient Express não mantém somente parte da histórica linha que atravessava a Europa, desde Paris até Istambul, mas também transportou a cultura do *champanhe* e do caviar nos trajectos ferroviários para outros continentes como o Americano ou Asiático. Para ter um desses luxos que só se desfrutam uma vez na vida pode-se cobrir os 1.900 kms que unem Bangucoque a Singapura a bordo do sumptuoso Eastern and Oriental Express. A travessia, envolta permanentemente numa áurea de exotismo colonial, dura três dias e cruza o Sul da Tailândia e da Malásia, realizando paragens em diversos pontos do seu trajecto como a cinema-

tográfica ponte sobre o rio Kwai. Desde Bangucoque também saem trajectos até outras cidades Asiáticas como o que une a capital do país com Chang Mai. A bordo do comboio, solícitos mordomos servem o chá das cinco nos compartimentos privados e oferecem o melhor dos vinhos em magníficos copos de cristal. Um impecável pianista suaviza o ambiente todas as noites num dos vagões bar e, durante o dia, podemos abandonar-nos à observação da paisagem tropical desde o vagão panorâmico, ter uma massagem ou tomar um cocktail ao som da música tradicional tailandesa, tocada ao vivo. A partir de € 1.700,00 por pessoa. Horários, preços e reservas em www.orient-express.com.



Expresso Oriente.



Vagão-restaurante.





Povoação antiga em Ko Lanta Yai.



Ilha de James Bond, Krabi.



Passeio em elefante em Krabi.



Excursões em Kayak.



Mar Esmeralda em Ko Phi Phi.

Um éden no mar de Andaman

Do novo molhe de Krabi partem os ferrys até à vizinha Ko Lanta, destino perfeito para os amantes das longas praias de areia branca e dos fundos marinhos repletos de coral. Ko Lanta é um pequeno arquipélago de 52 ilhas das quais somente 12 são habitadas e tem a sua capital administrativa, Ban Si Raya (Povoação antiga), na ilha de Ko Lanta Yai. A capital é uma pequena localidade de apenas duas ruas, antigo porto de abastecimento nas rotas comerciais de navios Árabes e Chineses que ainda hoje conserva a sua atmosfera do século XIX, com as suas destrambelhadas casas de madeiras e as suas velhas tendas de comestíveis. A costa oeste de Ko Lanta Yai está flanqueada por numerosos hotéis e praias intermináveis, sempre à mercê das marés. Uma das actividades estrela no arquipélago é, sem dúvida, o mergulho e o *snorkel*. As desabitadas ilhas de Kok Rok Nai, Ko Rok Yai e Ko Ha possuem fundos coralinos de cores e formas realmente psicadélicos. E a variedade e quantidade de fauna são assombrosas. Sem dúvida um final de cinema para uma viagem à Tailândia é o extraordinário arquipélago de Ko Phi Phi. As duas ilhas que o compõem são uma verdadeira maravilha natural: com grandes paredes calcárias surgindo de um mar esmeralda, diminutas praias de areia branca e um interior selvagem sem caminhos e veículos a motor. O único modo de se movimentar pelas ilhas é por mar, a bordo de botes, sistema também necessário para chegar à maioria das praias. Um dos principais focos de atenção em Ko Phi Phi é Maya Bay, famosa por ser cenário do filme protagonizado por Leonardo Di Capri, *A Praia*.

Bangueoque
○ (Tailândia)

GUIA PRÁTICO

PARA ENTRAR

Passaporte com validade de 6 meses para cidadãos portugueses. Para estadias inferiores a 30 dias não é necessário visto.

CLIMA

A época de chuvas começa em Junho e vai até Outubro, pelo que a melhor época para visitar o país é durante o nosso Inverno. Os meses de Março e Maio são os mais quentes, quando os termómetros podem alcançar temperaturas de até 40°C.

IDIOMA

Thai.

MONEDA

El Bhat. €1,00 = 49 bahts.

DIFERENÇA HORÁRIA

6 horas mais no Verão, 7 horas mais no Inverno.

PARA TELEFONAR

Código de acesso de Portugal: +66
Código de acesso da Tailândia: +351

MAIS INFORMAÇÃO

Turismo da Tailândia em Portugal

Tel 213 015 051 / 213 014 848

Fax:213 018 181

www.turismotailandes.org.pt

www.orient-express.com

COMO CHEGAR

Diversas companhias aéreas oferecem voos com destino à Tailândia e existem programas específicos de diversos operadores turísticos.



Tráfico em Bangueoque.



Hotel Millennium Hilton.



Venda de flores em Chatuchak.



Mercado de Chatuchak.



Resort Spa Marriott.



Restaurante Breeze.



Restaurante Vertigo.



Típico tuk-tuk.

ONDE DORMIR

Hotel Millennium Hilton Bangkok***.** Um hotel de luxo a preços muito acessíveis para os standards Europeus. Situado junto ao rio dispõe de serviço gratuito de ferry para os clientes. Os quartos dos andares mais elevados têm vistas simplesmente espectaculares, perfeitas para uma noite romântica com velas e *champagne*. Charoennakorn Road, 123. Klongsan. Bangkok. Tel. +66 2442 2000. Desde 100 € www.bangkok.hilton.com

Rayavadee***.** É um dos hotéis mais prestigiados nesta zona do mar de Andaman. Isolado de tudo e localizado numa antiga plantação de coqueiros foi construído para que o impacto com o entorno natural fosse o mínimo possível, de modo que, de longe, o hotel apenas se distingue entre a vegetação. Rodeado de palmeiras, parias e imensos monólitos de pedra, este é um desses lugares onde descobrimos que o paraíso afinal existe. 214 Moo 2 Tambol Aonang Amphur Muang, city. Krabi. (Somente acessível em barco privado do hotel). Tel. +66 7562 0740. Dobles desde 395 € www.rayavadee.com

Pimalai***.** Situado em plena praia diante de um dos melhores pontos de mergulho da zona. O hotel foi galardoado como um dos melhores destinos para lua-de-mel e também organização banquetes nas mesmas instalações. Se a tua cerimónia te sabe a pouco, podes repetir a experiência e os teus votos de forma espectacular e à Asiática, incluso montados em elefante. Moo, 99. Ba Kan Tiang Beach. Tel. +66 7560 7999. Ko Lanta. Desde 203 € www.pimalai.com

Zeavola***.** Este hotel rural de luxo tem várias vilas espalhadas numa densa vegetação tropical. Os quartos são pequenas casas de madeira com um lindíssimo toucador e banho privado ao ar livre. Tem um estupendo *chill out*, mesmo na praia, para desfrutar de uma maravilhosa noite à luz das velas. Desde 190€ 11 Moo. Laem Tong, 8. +66 7562 7024. Ko Phi Phi. www.zeavola.com

ONDE COMER

EM BANGUECOQUE

Restaurante Vertigo. Situado no piso 61 do arranha-céu e aberto ao ar livre, neste lugar pode-se desfrutar de um jantar com as melhores vistas sobre Bangucoque, especialmente conseguindo uma das mesas situadas à esquerda do bar. (Sathon Tai, 100. Tel. +66 2679 1200. www.banyantree.com).

Opções parecidas são as que oferece o **Sirocco**, outro desses lo-

cais com glamour para jantar com a cidade aos teus pés, ou o Breeze, situado no mesmo edifício. (State Tower. Silom Road, 111. Tel. +66 2624 9555. www.thedomebkk.com).

NAS ILHAS

Um dos lugares mais autênticos para comer em Krabi é o **Mercado Nocturno** (Khong Ka). Apesar de os menus serem em Inglês, a comida é genuinamente Thai, e pode-se comer marisco fresco a preços muito acessíveis. Em Ko Lanta, **Same Same But Different** é um modesto restaurante situado na praia de Ao Kantiang e com as mesas postas directamente na areia. Também oferece especialidades Tailandesas a preços irrisórios. O *phad thai* (Macarrão com frango, ovo e amendoins) deste local é simplesmente imperdível.

O QUÊ E ONDE COMPRAR

Tailândia é o verdadeiro paraíso das compras. Há objectos de muita qualidade a preços muito acessíveis, isso sim, temos de estar atentos porque existe um grande mercado de imitações dos produtos de marca. O artesanato é sempre uma boa compra já que quase todas as regiões do país possuem objectos típicos: máscaras tradicionais, marionetas, objectos em bambu, esculturas de madeira ou objectos lacados são os mais populares. No que se refere a tecidos, a seda é, indiscutivelmente, o produto estrela mas também se encontram peças muito interessantes em algodão, como as saias *pha*, as tradicionais calças de pescador ou as *t-shirts* de estilo, tudo a preços muito baixos. Por fim, quanto a jóias, Tailândia tem um dos maiores jazigos de rubis e safiras do mundo, e as lojas dos grandes hotéis costumam oferecer boa qualidade e garantia na compra, a um preço justo. Sobretudo, há que ter em conta que não é permitido sacar do país objectos em marfim. O mercado negro deste material colocou perto da extinção o elefante branco.

As zonas de compras de gama alta em Bangucoque repartem-se entre os distritos financeiros de Silom e os arredores de Siam Square. Alguns dos imprescindíveis para pôr a tremer o cartão de crédito são o centro comercial Siam Paragon e outros colossos do consumo como Gaysorn Plaza e Erawan Boutique Mall. A Meca para as compras de artesanato e produtos locais é o mercado que todos os finais de semana é celebrado no parque Chatuchak. Tem 140.000 metros quadrados, mais de 15.000 postos de venda e uma media de 200.000 visitantes diários. Impressionante.