



福建

中国旅行指南系列

资深
买地
好用
全彩

专家的
权威推荐
调研及
全新信息
的城镇与
徒步地图
摄影点
专题

中国地图出版社

2

见40页

在路上

全面的目的地指南

深入的调研、详细的内容以及贴心的提示



4

见335页

生存指南

重要的实用信息助你旅途顺利

出行指南.....

交通指南.....

健康指南.....

索引.....

如何使用本书.....

334

357



本书作者:

董驰迪/黄莺/苏薇/尼佬

福建

中文第一版

© Lonely Planet 2014

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片由图片作者持有版权，2014

版权所有。未经出版方许可，不得擅自以任何方式，如电子、机械、录制等手段复制，在检索系统中储存或传播本书中的任何章节，除非出于评论目的的简短摘录，也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目 (CIP) 数据

福建 / 澳大利亚 Lonely Planet 公司编. -- 北京 : 中国地图出版社, 2014.4
(中国旅行指南系列)
ISBN 978-7-5031-6587-0

I. ①福… II. ①澳… III. ①旅游指南—福建省
IV. ① K928.957

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 040634 号

出版发行	中国地图出版社
社 址	北京市白纸坊西街 3 号
邮政编码	100054
网 址	www.sinomaps.com
印 刷	北京华联印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	197mm×128mm
印 张	11.25
字 数	360 千字
版 次	2014 年 4 月第 1 版
印 次	2014 年 4 月北京第 1 次印刷
定 价	59.00 元
书 号	ISBN 978-7-5031-6587-0/Z·155
审 图 号	GS (2014) 409 号
图 字	01-2014-1156

如有印装质量问题，请与我社发行部 (010-83543956) 联系

Lonely Planet

(公司总部) ABN 36 005 607 983
Locked Bag 1, Footscray, Victoria 3011, Australia
电话: +61 3 8379 8000
传真: +61 3 8379 8111
联系: lonelyplanet.com/contact

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和出版过程中全力保证本书质量，但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做任何明示或暗示之声明或保证，并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标，已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现，急请告知: lonelyplanet.com/ip。

2

见40页

在路上

全面的目的地指南

深入的调研、详细的内容以及贴心的提示



4

见335页

生存指南

重要的实用信息助你旅途顺利

出行指南.....

交通指南.....

健康指南.....

索引.....

如何使用本书.....

334

357



本书作者:

董驰迪/黄莺/苏薇/尼佬

欢迎来 福建



寻山踏海而来

闽在海中。断裂的大陆与海交错，糅合出美丽宁静的三沙等海湾；大海和火山经年唱响的“冰与火之歌”则造就了南碇岛、林进屿、牛头山等壮丽的滨海火山遗迹；强劲的海风和海流用神来之手雕刻出平潭岛和三十六脚湖；海浪和潮汐铺开了东山岛等美丽的沙滩，还和阳光一起描绘变化万千的霞浦滩涂。大海还塑造出别具一格的民居——完全凭借石头垒砌而成的房子，配着张扬的红瓦飞檐。也有海洋另一边的文明踏浪而来，把鼓浪屿装点成“万国建筑博物馆”。

闽在山中。八闽大地上九成地貌为山地加丘陵，除了面东的大海，其余都是山。这些

绵延的山脉被闽江、九龙江等水系切割成万千“豆腐块”，也混搭出举世闻名、碧水丹山的武夷山。其实，福建自北向南散布着无数山的神作，譬如泰宁丹霞、永安的鳞隐石林、将乐的玉华洞和宁化的天鹅洞……还有一大把由人类的劳作在山体上创作出的立体油彩——梯田。

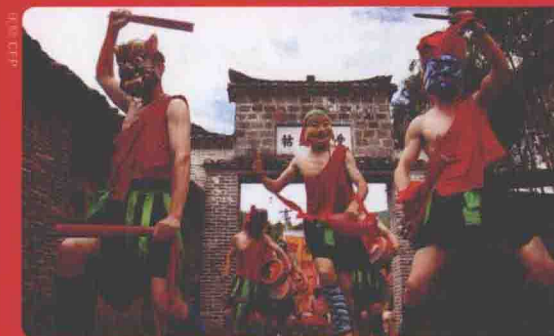
众神在此狂欢

神在福建住得有点儿挤。这片12万平方公里的土地上有上千的大小神灵、上万的宫观寺庙以及无法统计的节庆和神诞日。在闽人看来，每一个自然现象都有各自主掌的神灵。还有人，开疆辟土的人能成为神灵，如



(左) 福建土楼

(下) 福建宁化大源村傩舞



“开闽王”陈元光、建瓯“护城女神”练氏夫人；赶鬼的巫道也能成为神灵，譬如妈祖、保生大帝和临水夫人；更不用说那些能证明佛法无边的信徒。

这些大大小小的神灵催生出无数别具特色的民俗活动、建筑以及艺术表现。壮观如姑田的“游大龙”，细腻如屏南的四平提线木偶，吓破胆如樟湖坂的蛇王节，时间和地点，只要你选对其中一样，就能亲身见识从前闻所未闻、见所未见的各种活动。

山珍海味饮好茶

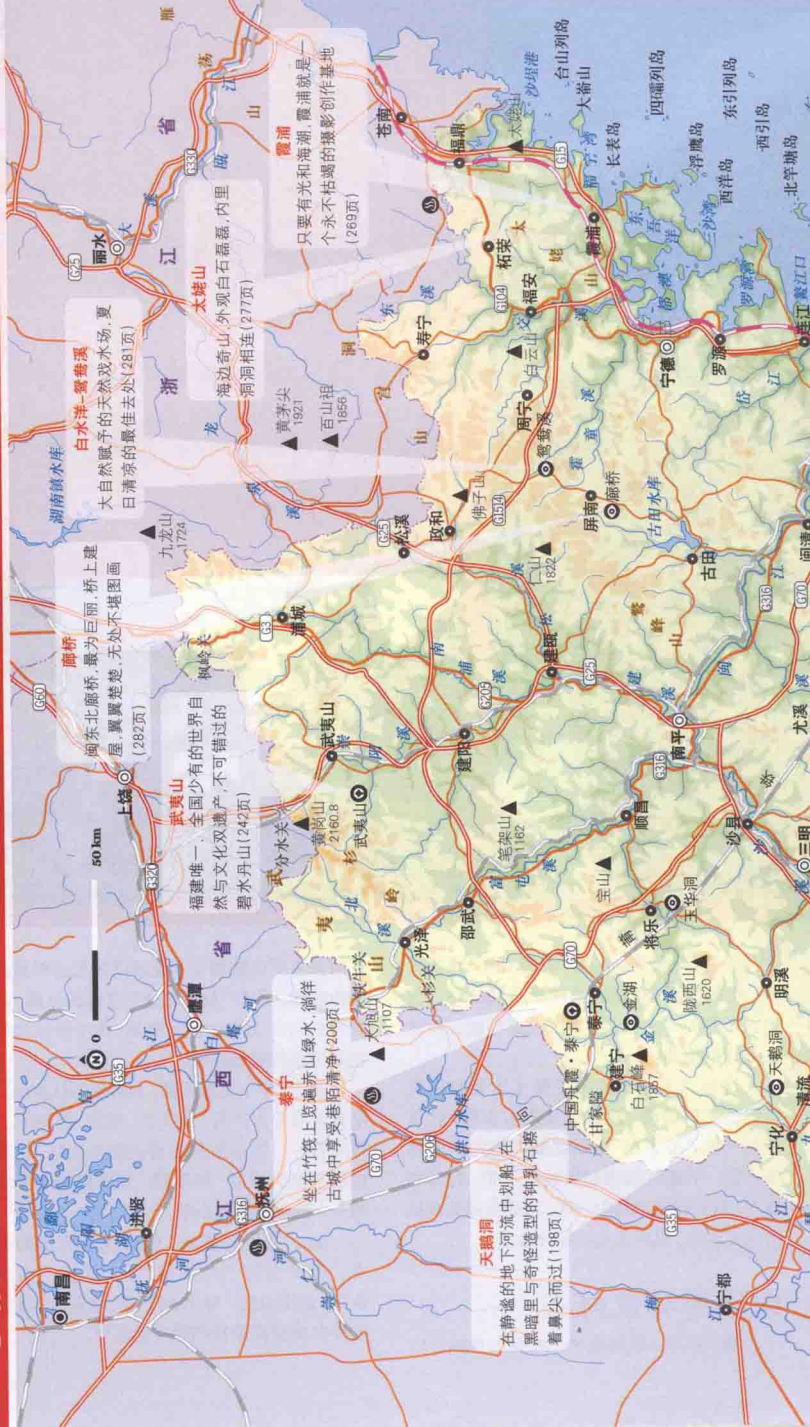
靠山吃山，靠海吃海。武夷山和戴云山

翻开地图，福建如同一片绿叶漂浮在南中国的大海上。这里有中国最曲折的海岸线和最具海洋精神的中国人，绿色的山林中隐匿着令世界震惊的壮观建筑和多样生物。这片自山向海的土地上有许多不为人知的秘密。

这两条主要山脉赐予了福建许多无法养殖的深山美味。素有“菇中之王”之称的红菇，具有其他菇类无法比拟的鲜甜；山中珍品金钱莲是炖汤的最佳伴侣。

至于海产，更加丰富。只有你不认识的，没有大海不出产的。大黄鱼、鲍鱼、跳跳鱼、西施舌……都是新鲜难得的闽地食材。更别提还有集大成者“佛跳墙”和无数遍布全境的令人欲罢不能的小吃。

至于福建的茶好，已是众所周知的事实。武夷山的“大红袍”、安溪的“铁观音”、太姥山的“绿雪芽”，红绿青白，各色茶种在福建都能找到顶尖的品种。



白水洋-鸳鸯溪
大自然赋予的天然戏水场，夏日清凉的最佳去处(281页)

廊桥
闽东北廊桥，最为巨丽，桥上建屋，翼翼楚楚，无处不堪图画(282页)

武夷山
福建唯一、全国少有的世界自然与文化双遗产，不可错过的碧水丹山(242页)

天鹄洞
坐在竹筏上览遍赤山绿水，徜徉古城可享受巷陌清静(200页)

天鹄洞
在静谧的地下河流中划船，在黑暗里与奇怪造型的钟乳石擦着鼻尖而过(198页)

霞浦
只要有光和海潮，霞浦就是一个永不枯竭的摄影创作基地(269页)



20 TOP

顶级旅行体验

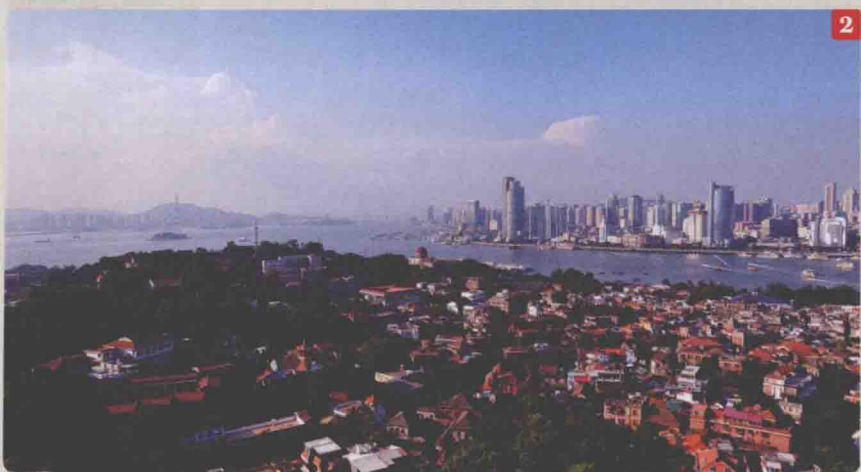
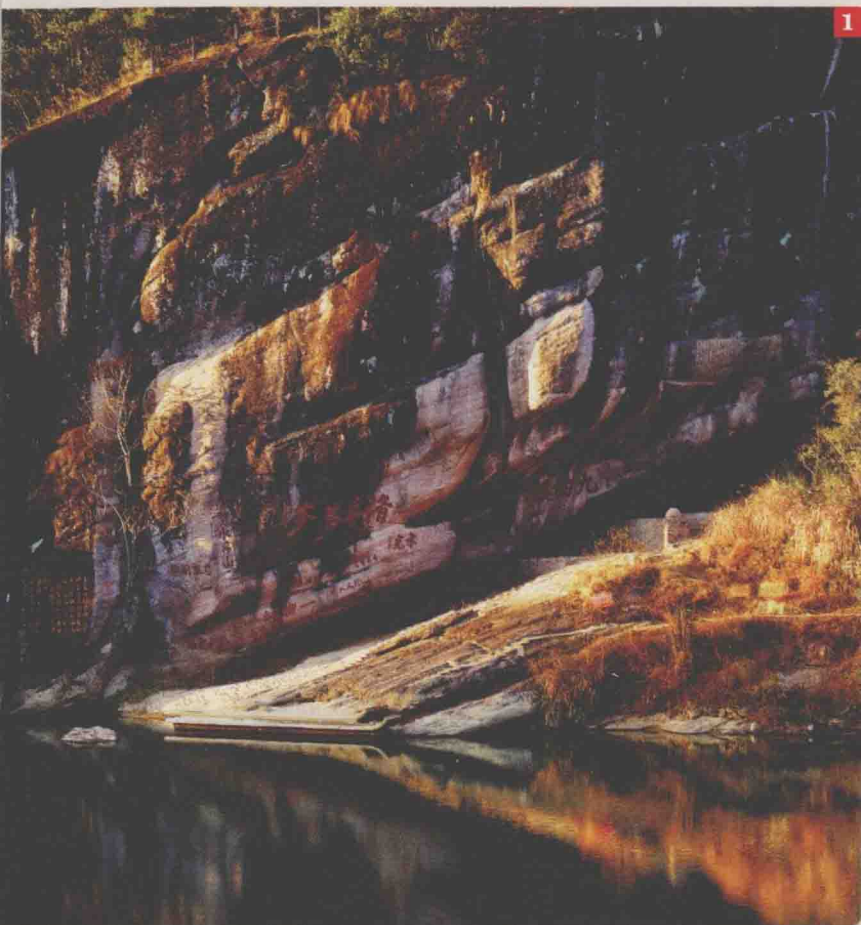
武夷山

1 无论出于何种理由来到福建，都不应错过武夷山（见242页）。除了碧水丹山的浓重对比令人过目难忘，它还完整保存着中亚热带森林生态系统，是数千种野生动物和无数珍稀植物的家园。这里还有丰富的人文历史，包括公元前1世纪的汉城遗址、大量的寺庙以及神秘的架壑船棺。武夷山是朱子理学的摇篮，是李商隐、范仲淹、徐霞客曾流连的地方，是佛教、道教、基督教和天主教的交融点，也是中国红茶文化的发源地。世界自然和文化双遗产的名头不虚。

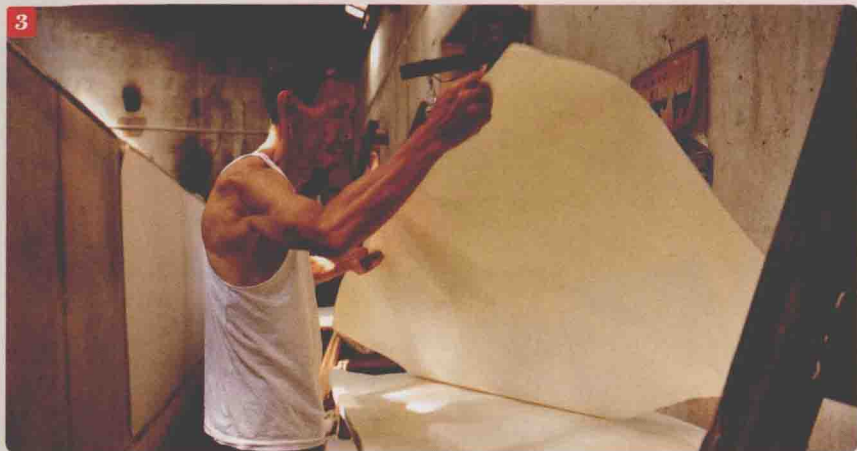


鼓浪屿

2 鼓浪屿（见82页）是集万千宠爱于一身的。这个不到2平方公里的岛上汇聚了数百幢风格各异的老别墅，是近代闽南地区荣辱兴亡的缩影。住一间由老别墅改造的客栈，午后找一家咖啡馆闲坐发呆，这可能是多数人游览鼓浪屿的方式。然而，迷失在那些阡陌交通的小巷里，与这座小岛的清幽不期而遇，才是在鼓浪屿漫步的真谛。当你拖着人字拖，吹过海风，吃过各式小吃，打着饱嗝，彻底不把时间当回事后，你的脑海里肯定会盘旋一个问题：下次啥时候再来？

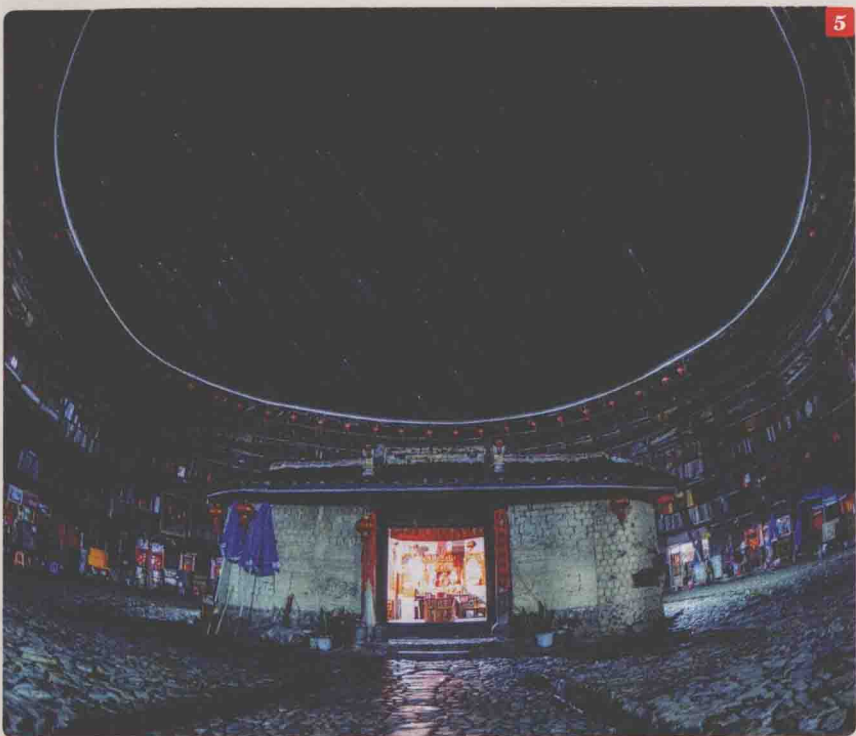


3



4





姑田手工造纸

3 姑田(见180页)盛产竹制宣纸,名为“连史纸”,纸质洁白柔韧,“百年不变色,千年不变黄”,不仅用于书籍印刷,还用于皇榜和奏折的书写。幸运的是,如今这种纯手工的造纸手艺还能在姑田的纸作坊里亲身体验,从竹纤维的捶打翻搗,到纸浆捞取时的手上功夫,再到焙纸时汗流浹背,手忙脚乱颇为狼狈的你会对这门古老技艺崇拜有加。不过,去之前一定记得预约,否则碰上当地的圩日,师傅们都赶集去了。

厦门环岛路

4 厦门把最美的海岸线都留给了环岛路(见54页)。整条路依海岸形状修筑,沿线风光旖旎,移步换景,吃住不愁。在车少的清晨租辆自行车骑行在环岛路上,会有闯入巨大的海边花园的错觉。行进到“一国两制”的巨大标语牌下,用相机定格一个瞬间。也可以在人潮褪去的午后,沿着连接白城和曾厝垵的木栈道漫步,坐在沙滩上等待一场日落。每年1月的第一个星期六,这条“世界最美的马拉松赛道”上都会举办国际马拉松赛。如果你这天正好在厦门,一定能在环岛路上过一个振奋的清晨。

土楼

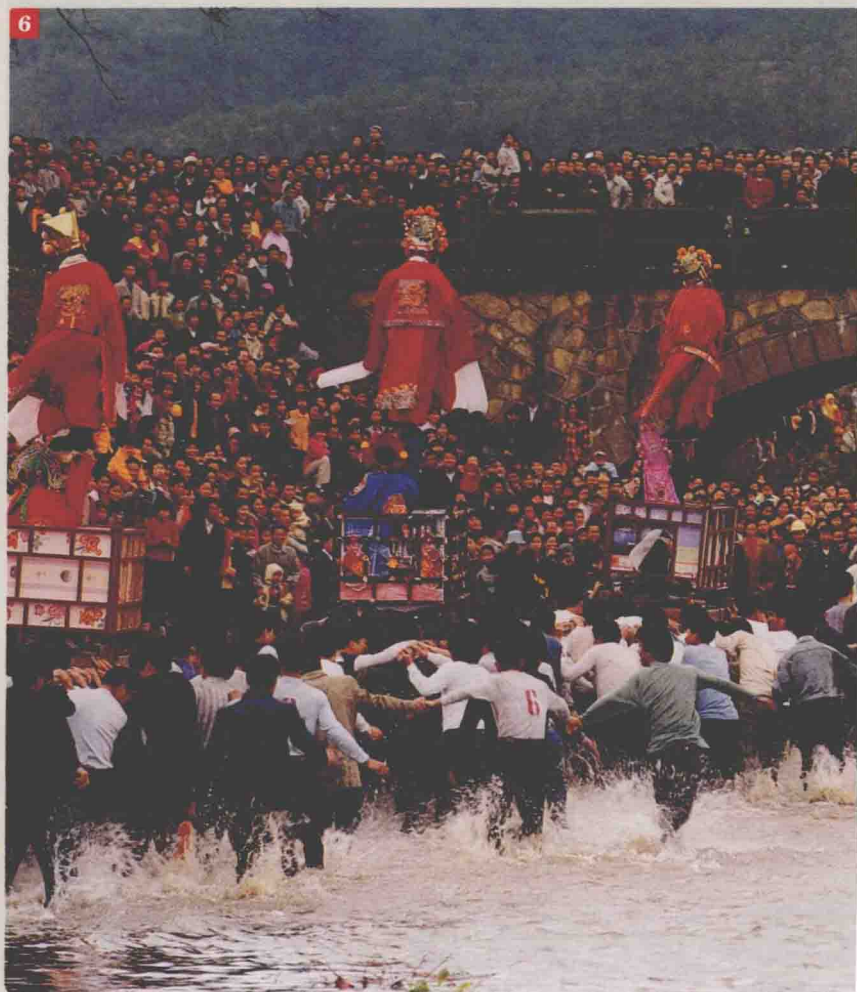
5 冷战时期,闽西这块弹丸之地曾引起了大洋彼岸美国人的高度紧张。因为他们的卫星在这里发现了数量众多的巨大蘑菇状建筑。这些被疑为核力量的奇怪建筑其实只是中国客家人的古老城堡——土楼,早已在闽西的山间默默屹立了数个世纪。今天,土楼(见160页)已是福建旅游的代名词。它的数量也许比你认为要多得多,有数万之众。形状上也变化多端,从圆形、方形到椭圆形、交椅形、多角形。因地制宜的灵活性和与周围环境融为一体的自然性,造就了世界独一无二的山区民居建筑。

连城正月民俗

6 每逢正月，连城（见179页）沉淀的古韵就热闹喧嚣了起来：芷溪的游花灯，火树在夜里绵延；罗坊的走古事，喊声震天，场面激烈；姑田的游大龙，其龙之大，一定令你咋舌！除此之外，烧炮、舞龙、舞狮、犁春牛、游公太和赶庙会……各种各样的民俗活动在不同乡镇间轮番接力，天天不重样。这时候来连城，让你领教什么是中国式狂欢。震耳的铙声、五彩的旗帜、悠扬的十番音乐，正月的连城嗨翻天！

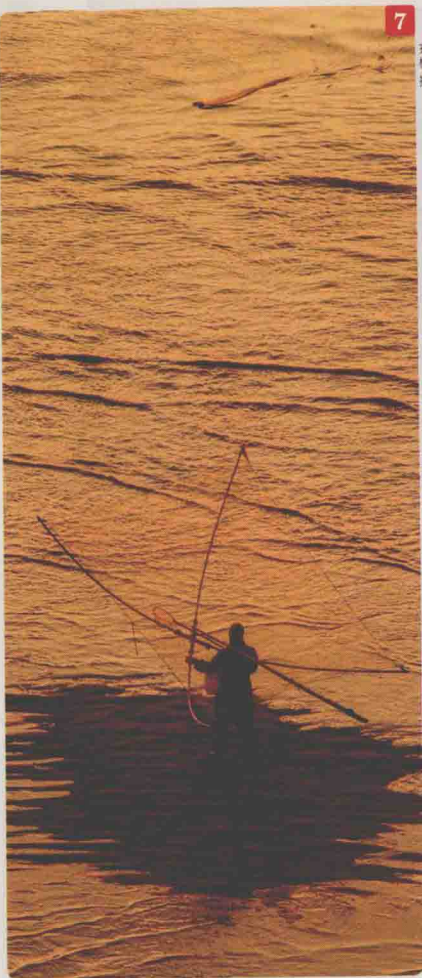
霞浦滩涂

7 霞浦（见269页），这个滨海小县城以盛产海带、紫菜和美女而闻名，长达404公里的海岸线占福建全省的八分之一，滩涂面积全国最大。成片的竹竿、渔网，星星点点的海岛和渔船，海上忙碌作业的渔民，还有那些挂在悬崖峭壁上面朝大海的小村庄，都是霞浦当选“中国最美滩涂”的理由。只要有光和海潮，霞浦就是一个永不枯竭的摄影创作基地。



7

琰校摄



大岞小岞渔村

8 如果钟情惠安女的装束，就一定要来这两个渔村。崇武镇大岞村和小岞镇（见132页方框“大岞小岞渔村”）是惠安女传统服饰习俗保存最好的地方。大岞女的服饰华丽而繁琐，头巾为素色的碎花，但一定缀有亮眼的装饰物。小岞女的装束色彩更为出挑，大色块的亮黄斗笠配紫色的上衣，中间艳红的头巾遮住了整个头部，只露出一张脸。年轻的女性还会配上一件鲜艳的碎花马甲。要是某位时装大师有幸看见，新一季的春夏时装就有了灵感。

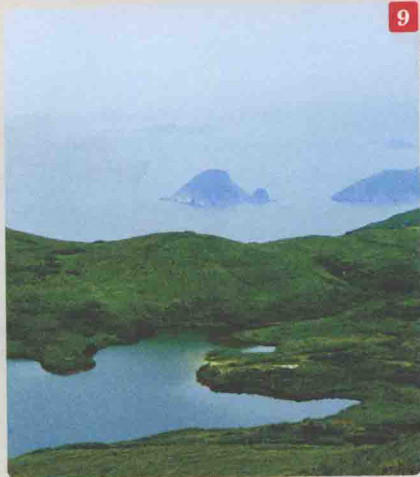
8

董驰拍摄



9

苏微摄



大嵛山岛

9 因为入选某杂志“中国最美十大海岛”，原本无名的大嵛山岛（见271页）忽而一夜成名。背包客们翻山越海而来，扎帐于天湖边上守候海边繁星满天，当初铺天盖地的青青草场如今已被踩出数条人径。想要去大嵛山岛，先是要乘船跨海，然后再乘小巴，紧接着还要徒步半小时，风景直到这里都平淡无奇。但是突然间，美景就将你包围：岛在海中央，湖在岛中央，四周则是茫茫的草甸，海风无尽地吹，这种错乱的感觉令人在旅途劳顿之后感到一阵酥软。

10



11



闽东北廊桥

10 福建东北部山多水长，温热多雨，发展出廊桥（见282页）这种特殊的建筑形式，廊桥广泛分布于寿宁、屏南、周宁、古田、福安、柘荣、武夷山、浦城、政和、松溪等地，多建于村口风水处，不仅仅是一种交通工具，也是村民们祈福和聚会的地方，是文化上的图腾。闽地廊桥形式古朴、秀丽，常与所处环境融为一体，桥头常常大树参天，桥身婀娜倒映水中，加上桥上熙攘的人群和桥下往来的船只，令观者仿佛置身古意盎然的宋画之中，过目难忘。

厦门大学

11 “依山临海”用在厦门大学（见51页）身上恰如其分，在中国的大学校园中也仅此一家。厦门大学背倚连绵起伏的五老峰，面临碧波万顷的厦门湾。校园里的空气满是海风咸咸的味道，清晨还能听见渔船的汽笛声。那片叫“石井”的女生宿舍，推开窗就能看到大海。“穿西装，戴斗笠”的“嘉庚建筑”是厦门大学的最大的看点，连名字也起得格外好听，“囊萤”、“映雪”，文化得一塌糊涂。坐在上弦场的台阶上看少年们踢球，感觉青春还在。

