



lonely planet

陕西

中国旅行指南系列

资深
实地

专家的
权威推荐
调研及
更新信息

 中国地图出版社

陕西

本书作者

谢滢 孙澍

郑娜娜 李桃



陕北
175页

陕西

中文第三版

© Lonely Planet 2016

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片版权归图片持有者所有, 2016

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

陕西 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编. -- 2 版. --
北京: 中国地图出版社, 2016.4 (2017.9 重印)
(中国旅行指南系列)
ISBN 978-7-5031-9017-9

I. ①陕… II. ①澳… III. ①旅游指南-陕西省
IV. ①K928.941

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 059481 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	北京利丰雅高长城印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	197mm × 128mm
印 张	10.25
字 数	558 千字
版 次	2016 年 4 月第 2 版
印 次	2017 年 9 月北京第 4 次印刷
定 价	59.00 元
书 号	ISBN 978-7-5031-9017-9
审 图 号	GS (2016) 548 号
图 字	01-2014-1155

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

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。

计划你的行程

欢迎来陕西	4
陕西	6
陕西TOP16	8
行前参考	18
新线报	20
如果你喜欢	21
当地人推荐	24
省钱妙计	26
每月热门	27
旅行线路	30
负责任的旅行	44
带孩子旅行	46
陕西怀古	48

在路上

西安和周边	54	澄城	127
西安	58	蒲城	128
西安市	58	咸阳	130
西安周边	87	咸阳市	131
临潼	89	汉茂陵	135
长安	91	唐昭陵	136
鄠邑(原户县)	97	唐乾陵	137
蓝田	101	三原	139
周至	103	彬县大佛寺石窟	141
关中	106	宝鸡	142
铜川	110	宝鸡市	143
渭南	112	法门寺	149
华山	112	太白山	151
少华山	121	黄柏塬	155
洽川黄河湿地	121	凤县	157
韩城	123	凤翔	160
		岐山	162
		麟游	163



壶口瀑布，见185页



商南金丝峡，见264页



目录

了解陕西

陕北175	绥德.....212	今日陕西.....270
延安地区.....177	神木.....215	历史.....272
延安市.....180	府谷.....219	陕西人.....285
壶口瀑布.....185		艺术.....289
延川黄河蛇曲 国家地质公园.....186	陕南224	饮食.....293
钟山石窟.....187	汉中地区.....228	环境.....298
黄帝陵.....188	汉中市.....228	
双龙千佛洞.....189	留坝.....236	
安塞.....190	佛坪.....238	
洛川.....192	长青华阳(洋县).....241	
榆林地区193	武侯祠(勉县).....242	
榆林市.....193	青木川(宁强).....244	
靖边.....201	西乡.....247	
横山.....205	安康地区249	
佳县.....206	安康市.....249	
吴堡古城.....208	熨斗镇(石泉).....253	
米脂.....209	岚皋.....256	
	商洛地区258	
	商州.....259	
	柞水.....260	
	丹凤.....263	
	金丝峡.....264	
	山阳.....265	

生存指南

出行指南.....304
交通指南.....311
健康指南.....315
幕后.....319
索引.....321
地图图例.....325
我们的作者.....326



特别呈现

陕西怀古.....48
骑行游览西安古城.....66
穿越唐建陵.....138
榆林长城徒步.....199
自驾陕南东线.....258



陕西怀古

陕西

本书作者

谢滢 孙澍

郑娜娜 李桃



陕北
175页

计划你的行程

欢迎来陕西	4
陕西	6
陕西TOP16	8
行前参考	18
新线报	20
如果你喜欢	21
当地人推荐	24
省钱妙计	26
每月热门	27
旅行线路	30
负责任的旅行	44
带孩子旅行	46
陕西怀古	48

在路上

西安和周边	54	澄城	127
西安	58	蒲城	128
西安市	58	咸阳	130
西安周边	87	咸阳市	131
临潼	89	汉茂陵	135
长安	91	唐昭陵	136
鄠邑(原户县)	97	唐乾陵	137
蓝田	101	三原	139
周至	103	彬县大佛寺石窟	141
关中	106	宝鸡	142
铜川	110	宝鸡市	143
渭南	112	法门寺	149
华山	112	太白山	151
少华山	121	黄柏塬	155
洽川黄河湿地	121	凤县	157
韩城	123	凤翔	160
		岐山	162
		麟游	163



壶口瀑布，见185页



商南金丝峡，见264页



目录

了解陕西

陕北175	绥德.....212	今日陕西.....270
延安地区.....177	神木.....215	历史.....272
延安市.....180	府谷.....219	陕西人.....285
壶口瀑布.....185		艺术.....289
延川黄河蛇曲 国家地质公园.....186	陕南224	饮食.....293
钟山石窟.....187	汉中地区.....228	环境.....298
黄帝陵.....188	汉中市.....228	
双龙千佛洞.....189	留坝.....236	
安塞.....190	佛坪.....238	
洛川.....192	长青华阳(洋县).....241	
榆林地区193	武侯祠(勉县).....242	
榆林市.....193	青木川(宁强).....244	
靖边.....201	西乡.....247	
横山.....205	安康地区249	
佳县.....206	安康市.....249	
吴堡古城.....208	熨斗镇(石泉).....253	
米脂.....209	岚皋.....256	
	商洛地区258	
	商州.....259	
	柞水.....260	
	丹凤.....263	
	金丝峡.....264	
	山阳.....265	

生存指南

出行指南.....304
交通指南.....311
健康指南.....315
幕后.....319
索引.....321
地图图例.....325
我们的作者.....326



特别呈现

陕西怀古.....48
骑行游览西安古城.....66
穿越唐建陵.....138
榆林长城徒步.....199
自驾陕南东线.....258



欢迎来 陕西

拂去历史的尘埃，你看到的除了古都的繁盛，还有“沙场秋点兵”的豪迈和文人雅士不羁的情怀。虽岁月更迭，但传统文化依然深入陕西人的骨髓，你可以在这里见证古老风俗的传承。

星汉灿烂的历史

史书上的白纸黑字，不足以诠释三秦大地的精彩过往，博物馆里以数十万计的珍贵文物、远古人类生活繁衍的遗迹、历代宫阙遗址的废墟，还有古城墙上一块块斑驳的墙砖，都是这里辉煌历史的佐证。在关中平原寻找王畿之地的文明，去陕北的石窟遗迹解读先人对信仰的诠释，在陕南温习史书中两汉、三国的硝烟。周、秦、汉、唐的盛世已成云烟，历史依旧在人们的记忆中鲜活。

多元的风景和地貌

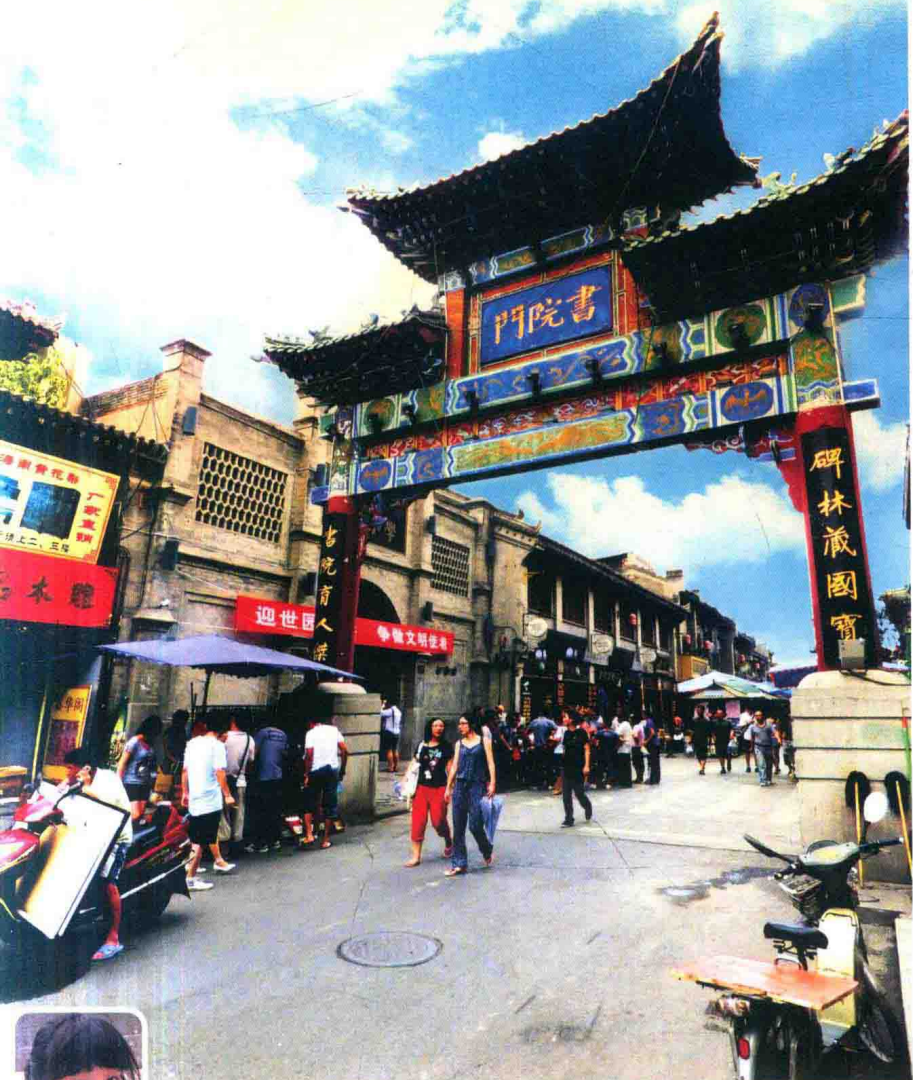
在陕地穿行，你预料不到会在下一段风景中邂逅怎样的惊喜。在巍巍太白山体验壮阔的星海，与珍稀野生动物擦肩而过；从植被丰富的牛背梁翻越终南山，遇见清秀的陕南；在一道道秦岭梁上，俯瞰氤氲中的层叠山峦。或是去陕北千沟万壑的黄土高原听一曲信天游；邻近毛乌素沙地边缘的榆林，长河落日正圆。壶口瀑布将黄河的雄浑与激荡体现得淋漓尽致，下游洽川的碧绿湿地，又让人感受到母亲河的温存。在陕西的更多角落里，你还可以发现溶洞、山崩、丹霞地貌等丰富的地质景观，给旅行者提供了更多体验自然的可能。

“最中国”的民俗风土

一声声苍凉而高亢的秦腔，吼出了这片土地承受过的沉重过去。然而，当你深入陕西各地的村镇、火热的民俗风土中，又分明能看到乡党们的乐观与热忱。陕北黄土高原上翻腾的白羊肚手巾、红腰带和腰鼓，是诸多镜头中投射的民俗烙印，何不在民居窑洞里住上一宿？或许你无法想象古人的休闲生活，但皮影、泥塑、秦腔、庙会和社火这些传统活动，至今仍是关中普通百姓不可或缺的娱乐。在陕西的某个小县城过一个传统大年吧，你收获的不仅有街头的热闹气氛和乡党的淳朴笑容，更有对渐行渐远的中华传统习俗的重新温习。

吃出老陕的调调

几个粗瓷海碗、一张榆木长桌，烘托出关中小吃古朴真诚的气质；一碗凉皮、一个肉夹馍、一瓶“冰峰”汽水，则是品陕地汉餐的标配；而清真寺的诵经声，与回坊满街的美食，都是旅人难以忘却的西安记忆……近年来兴起的陕菜有着一份大气的精致，但陕西味道，仍然以亲民与朴实为主调，老百姓们最喜闻乐见的吃法都是伴着面香大口嚼肉。像当地人一样不拘一格，尽情享受美食，才算是吃出了老陕的调调。

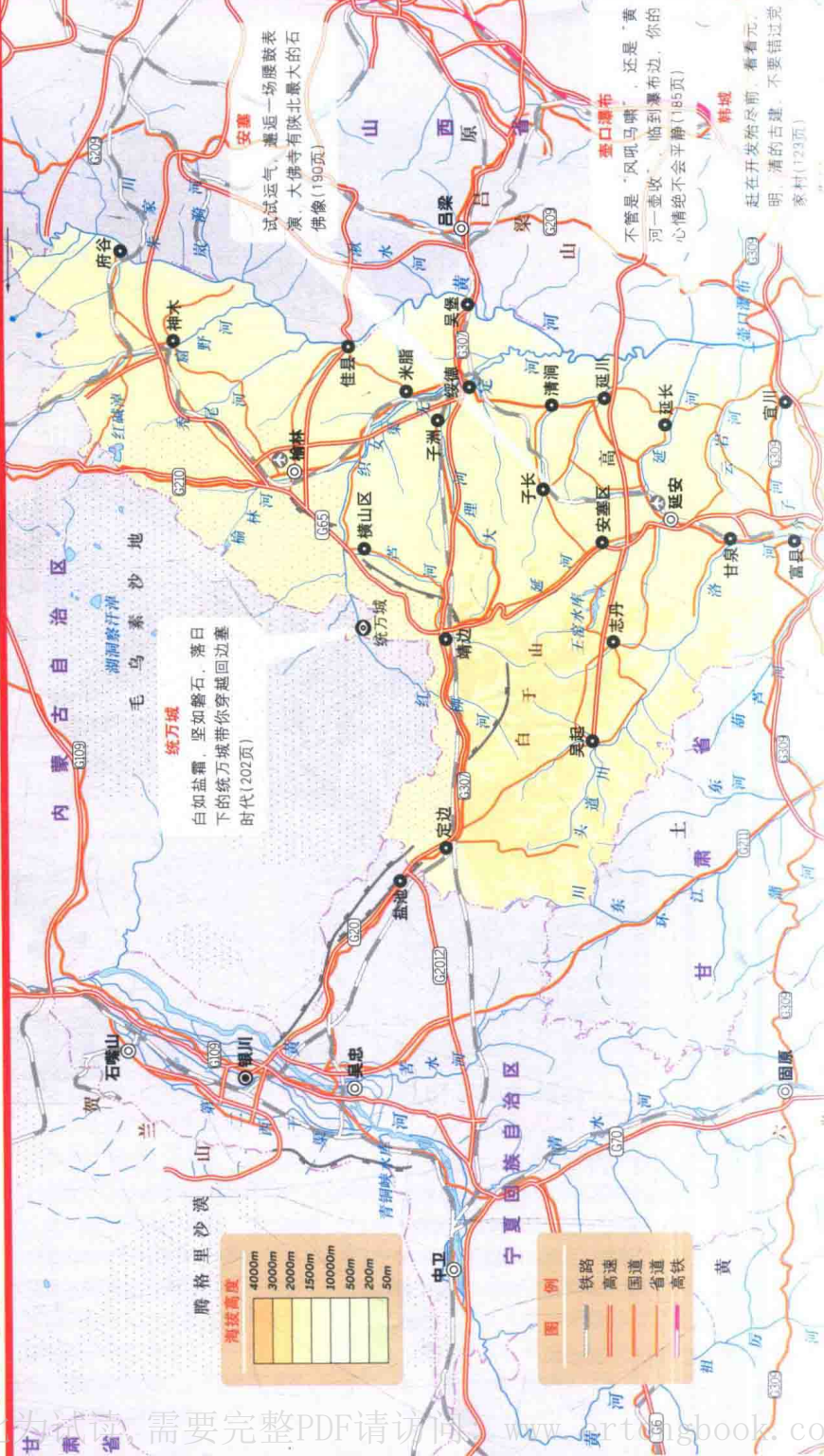


我为什么喜欢陕西

本书作者 谢滢

陕西比我的想象更多元，向北奔袭，是关外大漠的苍凉，如诗如画的水墨秦岭，又分明浸润着巴山蜀水的灵秀。看过了一件件博物馆中的文物，走过了一座座昔日文明留下的废墟，让人惊叹先人智慧的同时，也不免感怀“宫阙万间都做了土”的无情岁月，然而这种惆怅很快便会被街头巷尾的美味小吃和那朴实红火的民俗氛围所治愈。陕西，就如同滋养了她数千年的黄河——那一段是激昂澎湃的历史，这一段是温柔美好的现世。

关于作者的更多信息见326页。



腾格里沙漠

统万城

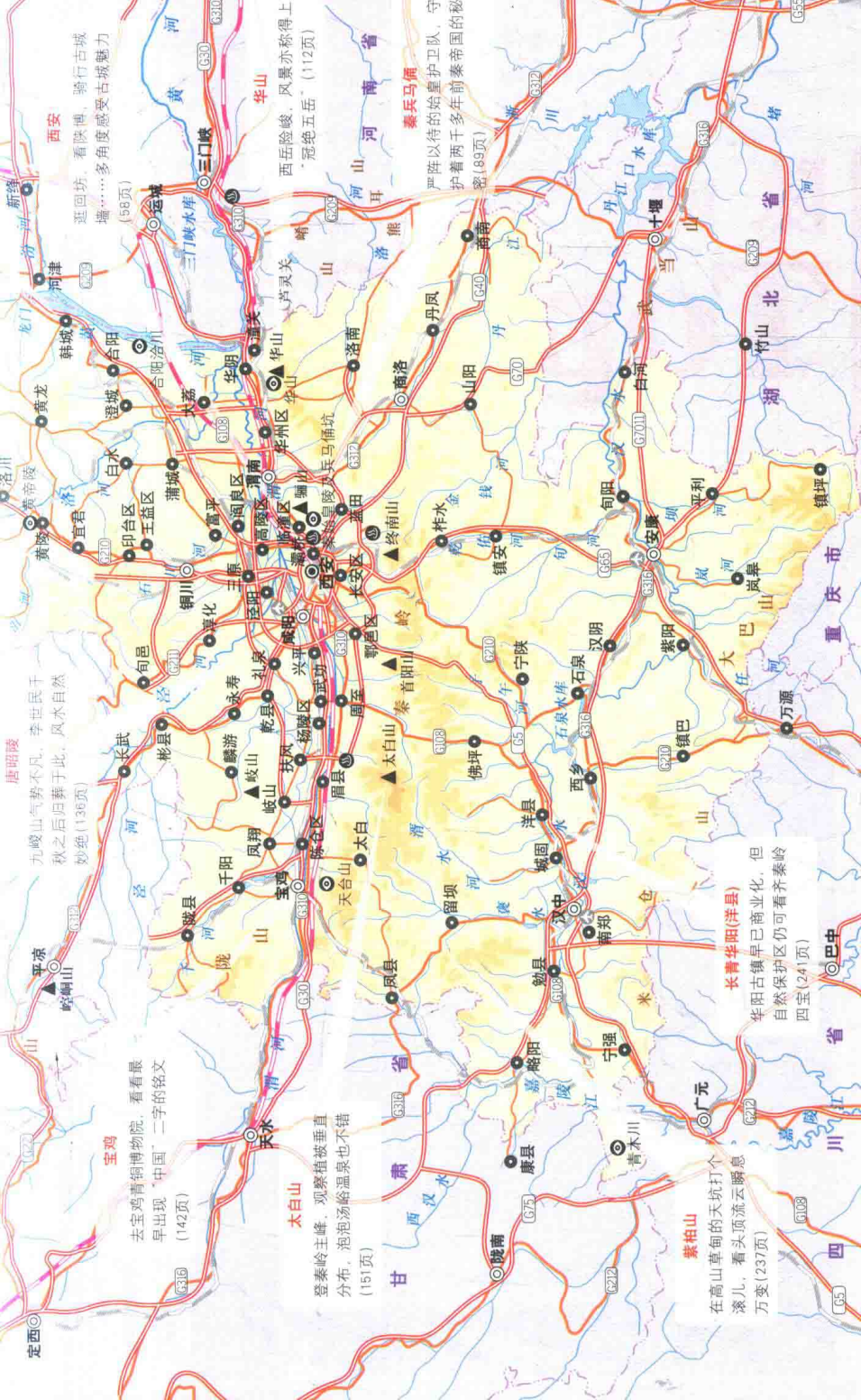
白如盐霜，坚如磐石，落日下的统万城带你穿越回边塞时代(202页)

安塞 试试运气，邂逅一场腰鼓表演，大佛寺有陕北最大的石佛像(190页)

塞口瀑布 不管是“风吼马嘶”，还是“黄河一壶收”，临到瀑布边，你的心情绝不会平静(185页)

韩城

赶在开发始尽前，看看元明、清的古建，不要错过农家村(123页)



宝鸡

去宝鸡青铜博物院，看看最早出现“中国”二字的铭文（142页）

太白山

登秦岭主峰，观察植被垂直分布，泡泡汤峪温泉也不错（151页）

紫柏山

在高山草甸的天坑打个滚儿，看头顶流云瞬息万变（237页）

长青华阳(洋县)

华阳古镇早已商业化，但自然保护区仍可看齐秦岭四宝（241页）

唐明陵
九峻山气势不凡，李世民千秋之后归葬于此，风水自然妙绝（136页）

秦兵马俑

严阵以待的始皇卫队，守护着两千多年前秦帝国的秘密（89页）

华山

西岳险峻，风景亦称得上“冠绝五岳”（112页）

陕西 Top 16

1



古城墙上思今怀古

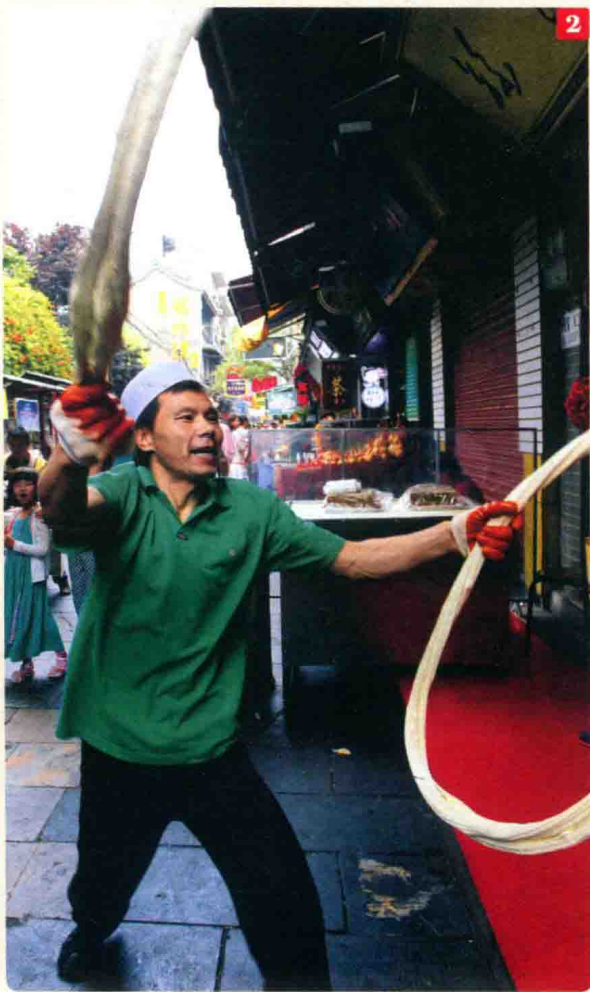
1 西安的老城墙（见58页），见证了长安城700年来的风雨沧桑，几经修缮终于连贯完整，寄放着数百万西安百姓心底的归属感。你可以在城墙上漫步，细细打量粗砺斑驳的老城砖；也可以体验骑行城墙这种“西安特色”玩法，给你的古都之旅添上几分鲜活的气息，在单车上感受墙砖凹凸不平的颠簸，随时停下来鸟瞰古城的新旧建筑。最美莫过于傍晚时分，古城中的建筑在夕照下被笼上了一层金黄的色泽，燕子成群结队地在头顶叽喳乱叫，忽听得墙下环城公园里秦腔一声吼，惊醒长安梦。图为冬季日出时分的西安古城和大雁塔。



GETTY IMAGES 翻图

逛吃回坊

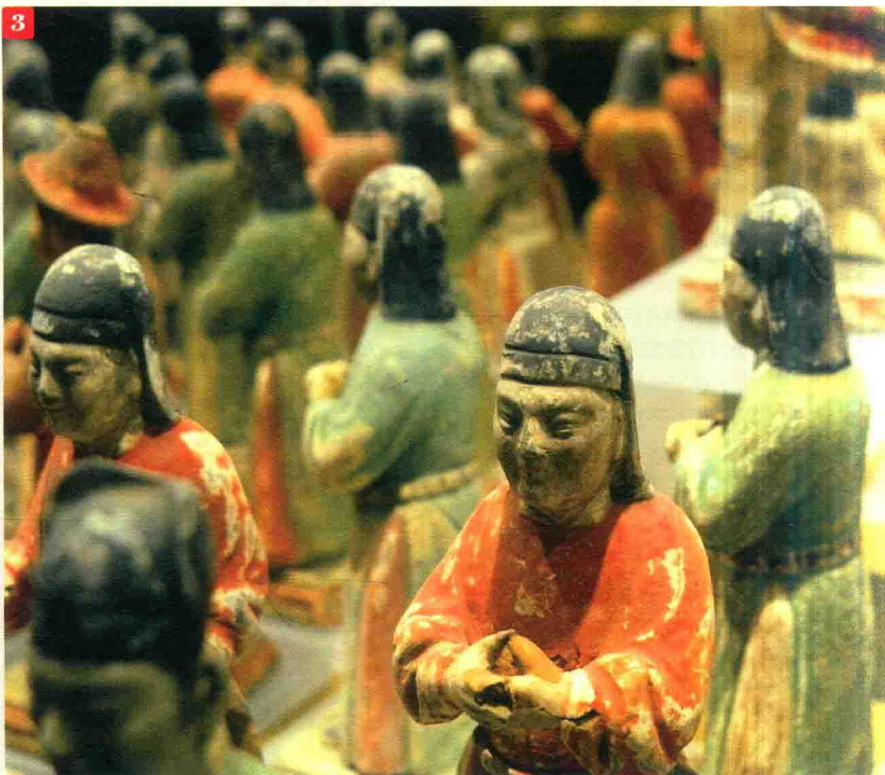
2 清晨的回坊（见64页），在一碗羊肉泡馍的热气中醒来——年长的穆斯林同胞，做完早礼拜之后，走进泡馍馆子，要上整块的生馍，一边熟练地将之掰成不超过指甲盖大小的碎块，泡进老汤之中，一边悠悠地话着家常。腊牛羊肉店门前，顾客会排起长队，果脯干果商行摊位更是将各色果品摆放得五彩缤纷。晚上，这里则变得热闹非凡，小吃、烤串、夜宵一家挨着一家，时至夜半，吃货们的热情依然不减。别光顾着享用美食，记得走进一座座精美的清真寺，在静谧的氛围中，见证信仰的虔诚、体会人情的温暖吧。图为回坊的“拉糖”师傅。



2

CFP 翻图

3



陕西历史博物馆

3 典雅的建筑结构和青灰色调搭配，盛唐的庄重美丽与岁月的沉郁气韵交融弥散，临到陕西历史博物馆（见65页）门前，便能体会到三秦大地历史的悠远。这座建筑本身就是“新唐风”的代表之作。馆内三个常规展厅，仿佛展现了中华古代文明三段辉煌的篇章，从先秦到隋唐，再到明清，足够你看上一整天。每一件展品都蕴含着文明的精髓，也在提醒着我们——那一段段书中读到的历史，曾在悠长岁月里真真切切地发生过。即使你对历史不感兴趣，汉唐盛世的精美艺术品也能让你眼前一亮。图为陕西历史博物馆展出的明代彩绘陶俑。

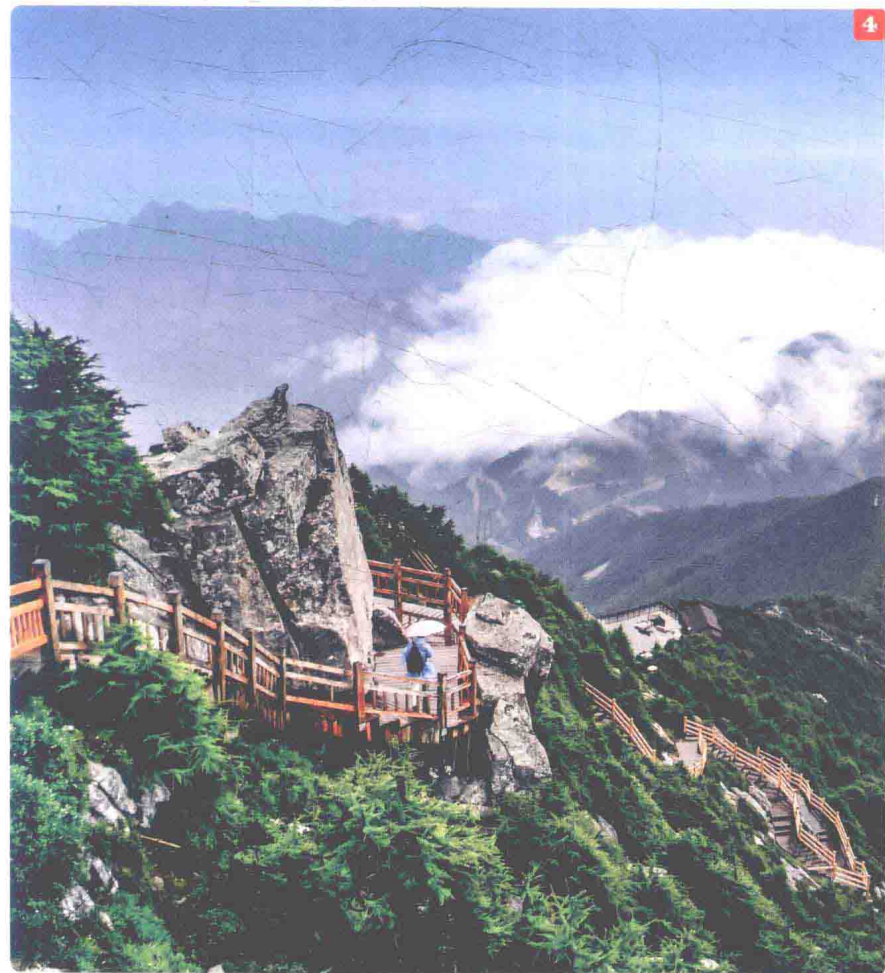
太白山

4 海拔3767米的太白山（见151页），在高山成群的中国似乎并不显眼，但是在大陆东部却足以成为众山之王。作为中国南北分界线、秦岭主峰，围绕着太白山的户外活动相当热门，登顶、穿越不仅拥有“一脚踏南北”的象征意义，一路还有高山石海、湖泊、积雪和“一山见四季”的丰富植被变化等美景犒赏。登太白亦可看人文，儒、释、道都在山上留下了自己的庙宇殿堂。想再休闲一些？汤峪的温泉与漂流，红河谷（见155页）的溪水与别墅木屋，黄柏塬（见155页）的大森林与河滩巨石……总有一款适合你。

走陵

5 作为周、秦、汉、隋、唐等十三朝古都的京畿地区，“关中帝王谷”的一座座“坟头”是历史最好的留影。“陕西的黄土埋皇帝”，而且一埋就埋了两行，说的就是西汉和大唐这两个强大又漫长朝代的帝陵群。咸阳塬上的汉九陵（见133页）仍日复一日地送走西风残照，而大唐十八陵（见139页）因为大都依山而建，游览时更是自然风光和人文怀古两不误。尽管大多数陵墓都曾遭到历代盗墓者的袭扰，但附近的博物馆陈列多为相关出土文物，仍不乏珍品，壁画和石刻都是这两个时代的代表性墓葬艺术。图为唐建陵朱雀门外神道上的石刻。

4



5



壶口瀑布

6 山飞海立、霓虹通天、冰瀑玉壶……多年来，这样的辞藻口耳相传，相应的画面频频出境，像剧透一样令人泄气。而对看腻了青山秀水的人来说，“瀑布”二字也一点都不吸引人。然而壶口瀑布（见185页）确有过人之处——三四百米宽的黄河，在这里被忽然束成三四十米，形成特大的马蹄形瀑布，直接砸进30多米深的石槽，完美诠释了“黄河之水天上来”和“万千气象一壶收”的诗句。除了4~5月的桃花汛和9~11月的秋汛外，12月的冰期也是壶口的最佳观赏时节。

华山长空栈道

7 远古人为华山（见112页）想出了“巨灵劈山”的神话，阴阳风水家和帝王将华山封为西岳，作为白帝少昊之山。几千年来过往的官吏、商贾、香客、道士、旅行家刚过潼关，就远远地盯着如白色巨石一般拔地而起的华山继续前进。你可在“自古华山一条路”上拉紧铁链，鱼贯而上地攀登，“华山论剑”石碑前摆出酷酷的身影，东、南、西三峰顶等候日出日落。体力有余又不恐高的话，一定不要错过挑战长空栈道（见116页），完成一个来回后，等候你的将是那些羡慕又敬佩的眼光。

