

俄罗斯



133

幅地图

详细而实用

走遍俄罗斯，探索世界上幅员
最辽阔，最多姿多彩的国家

俄罗斯



Simon Richmond

Marc Bennetts, Greg Bloom, Marc di Duca, Mark Elliott,
Michael Kohn, Leonid Ragozin, Robert Reid & Mara Vorhees



加里宁格勒 (见 354 页)
到这座袖珍的“小国”上去发现朝气蓬勃的西方情调、美丽的海滩、海洋的乡村风情和迷人的普鲁士遗产

圣彼得堡 (见 230 页)
在这座俄罗斯最优雅、最具艺术气息的城市，泛舟于运河的水面上，两岸的宫殿和豪宅金碧辉煌，许多都是非常棒的博物馆

基日 (见 377 页)
这座奥涅加湖中安静的小岛上，有一座令人惊叹的多穹顶基督变容教堂，是木结构建筑的登峰造极之作

莫斯科 (见 123 页)
从红场和保存完好的列宁遗体到时尚的夜总会和当代艺术，这个繁荣、永不失败的首都是现代化俄罗斯的顶梁柱

诺夫哥罗德 (见 334 页)
在这个国家的第一座首都，沉思俄罗斯漫长的历史。这里有拜占庭风格的圣索菲亚大教堂，还有一座宏伟的城堡

托木斯克 (见 529 页)
这座古老的大学城是西伯利亚最吸引人的城市之一，有迷人的木制宅邸、壮美且历史悠久的商业大厦，以及很有活力的现代化景观

喀山 (见 424 页)
在这座活力四射的首府城市，你可以了解鞑靼人的文化，若要乘船去风景如画的Sviyazhsk岛，这里也是最理想的出发地

阿斯特拉罕 (见 442 页)
伏尔加河三角洲有许多野生动植物，可以到阿斯特拉罕生物圈保护区去观鸟、看荷花

高加索山脉 (见 498 页)
登上欧洲最高峰厄尔布鲁士峰，或者在像Pyatigorsk这样的温泉疗养胜地放松自己，从而体验这个俄罗斯南部地区惊心动魄的美丽

阿尔泰山共和国 (见 540 页)
白雪皑皑的山脉和波涛汹涌的河流，西伯利亚南部的这个探险之地，为最佳漂流、滑雪、远足，提供了最佳地形



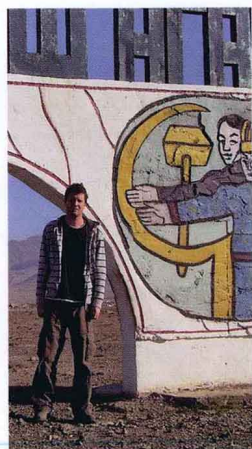
在路上



SIMON RICHMOND

统稿作者

为 Lonely Planet 做调查，快让我把腿跑断了，所以任何能骑上自行车的机会，都让我非常喜欢。只要避开挤满小汽车的主干道，平坦的圣彼得堡是个骑自行车的极好地方，而围着宽阔又没有汽车的皇宫广场骑车，当然格外有趣了。



MARC BENNETTS

科什阿加奇（阿尔泰地区）距蒙古边境只有很短的车程，是俄罗斯最干旱的地区。这个苏联时代的标志在这里恭候八方来客。在前往琼古尔之前，我们可以在这里拍照留念，接下来就要在山路和砾石路上行驶 12 小时以上了。



GREG BLOOM

就叫我“老板”吧，但在俄罗斯的滑雪区 Cheget 峰（照片中），我最喜欢的还是那些嘎吱嘎吱、落伍过时的单椅升降机。我承认我不是来滑雪的——这可是夏天呀！——但我仍然很喜欢这次旅程。这里的风景也很不错。

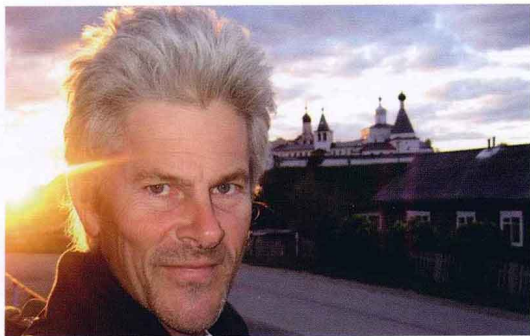


MARC DI DUCA

塔尔巴哈台传统风格的村庄坐落在乌兰乌德的南部。漫步在布满灰尘的街道上，四位衣着艳丽且热情活泼的当地妇女吸引了我到她们的餐馆里用餐。这里有现烤的面包和自制的果酱，耳边荡漾着专为我即兴演唱的悠扬的无伴奏合唱，西伯利亚人的热情好客令人备感温暖。

MARK ELLIOTT

我抵达小小的费拉蓬托沃已是夜里 11 点钟，当得知这里最后一家旅馆也关门了时，修道院的光彩和落日美景也被我失落的心情遮掩了。别无选择的我只好到一个老式的公共汽车候车亭内，蜷在睡袋里休息，直到有一位中年妇女发现了我，对我表示同情并邀请我到她家。她叫 Elena，感谢她为我提供了住宿和食物，在和她的交谈中我发现她很博学。



MICHAEL KOHN

这幅照片是在普斯科夫 (Pskov) 的古城内拍摄的，我是当天去那里的最后一批游客之一。我独自一人参观了安静的城堡。在其北面，可以欣赏到非常壮观的古城墙，圆锥形的屋顶和波光粼粼的 Velikaya 河。

LEONID RAGOZIN

一对热情友好的鞑靼夫妇——Alik 和 Elvira 让我保持这个姿势别动，然后他们去找相机，争论相机的功能，更换电池，最后拍摄。而我就摆着这个姿势整整持续了 15 分钟。Elvira 说我很像乌拉尔山的征服者，她当时没有把照片给我看，这是她后来发到我邮箱里的。



ROBERT REID

这样的地方，无论游记里怎么写，你都不会说“不”。有人在郊外别墅向你炫耀养蜂技术吗？你还是自己去看看吧。在雅库茨克，几个当地人带我到市里那多年冻土，崎岖不平的街道走了一圈，我们在哥萨克式的城堡里看到了这几只雪橇犬，“和狗坐在一起。”我就照他们说的去做了。



MARA VORHEES

莫斯科人对莫斯科的地铁感情深厚（我也一样）。每两分钟就有一班，这一点我很喜欢，只需花 19 卢布，我就能去任何地方。我喜欢那里的 900 万人每天都乘坐地铁，但如果全都和我上同一趟车的话，我可就受不了了。

更详细的作者介绍，见 737 页。

俄罗斯亮点

人们对俄罗斯印象最深刻的可能就是当地人的热情好客了。他们的热情无处不在，在穿越西伯利亚的火车上他们会与你分享伏特加和腊肠，你可以在某个乡村蒸桑拿，或者在乡间别墅内饱览壁画。暂且不谈这些，俄罗斯的艺术、建筑、文化和自然资源非常丰富，穷尽一生来探索它们都不够。何不找个当地人做导游呢？以下是当地居民、研究俄罗斯的专家以及俄国的文豪们眼中的俄罗斯特色。



MARTIN MOOS

1

冬日仙境

达吉雅娜（有俄罗斯人的灵魂，
她自己也说不清为什么）
热爱俄罗斯寒冷的冬季，
那滴水成冰的白昼
阳光下的白霜，
还有雪橇，
和黎明时分泛着粉红色的雪。

亚历山大·普希金，《叶甫盖尼·奥涅金》，1837 年

莫斯科之夜

莫斯科的夜生活(见 191 页)节奏令其他城市黯然失色。狂放的夜总会每周都会诞生或消失,后来者总会以一些更为炫目、迷人的新元素来试图超越前者。天亮以后,这里满眼都是美女,上午你所做的就是找个天台坐下来,啜饮着香槟酒,俯瞰远处的河流。心里暗暗地庆幸自己又撑过了一夜。

Max Campbell, 夜生活评论家兼博客撰写者 (www.moscowmaximum.blogspot.com)

SHMETOV MAXIM/TAR-TASS/CORBIS

2



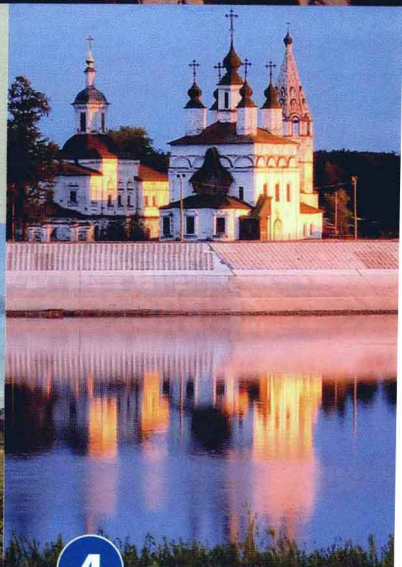
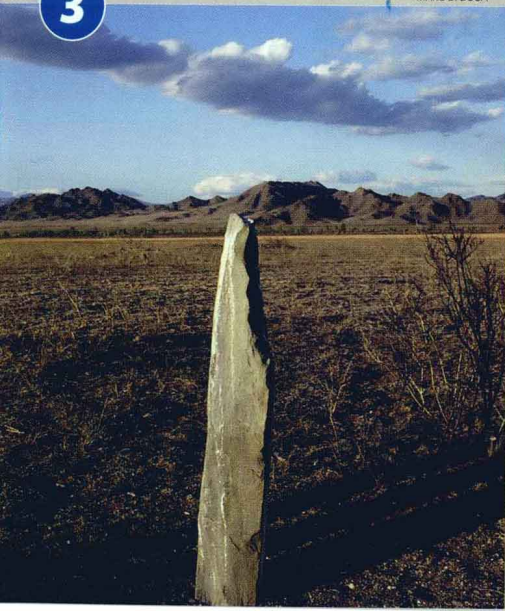
石像

你在路上时反而会碰见一座古墓或者是一尊古代石像,天知道这是何时为何人建造的,一只夜行的鸟儿轻轻地掠过,你的脑海里慢慢地便会浮现出一个关于大草原的传说。

安东·契诃夫,《草原》(*the Steppes*), 1888 年

MARC DI DUCA

3



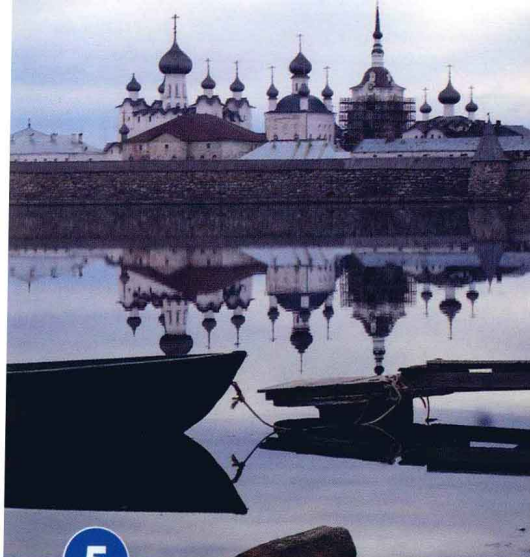
MARK ELLIOTT

4

拜访俄罗斯圣诞老人

大乌斯秋格(见 406 页)以俄罗斯圣诞老人的故乡而闻名,但它同时还是一个历史小镇,温柔的河岸旁零星地点缀着一些老教堂。

Mark Elliott, *Lonely Planet* 作者



5

索洛韦斯基修道院

具有极大精神感召力的修道院唤起人们对历史的追忆，这里曾经是恐怖的古拉格集中营所在地，很难用三言两语来描述人们对索洛韦斯基群岛（见 381 页）的感受。

Mark Elliott, Lonely Planet 作者

MARK ELLIOTT

6



SIMON RICHMOND

6

STOLLE 的馅饼

每次我带旅游团到圣彼得堡周边徒步游览时，总会安排游客到 Stolle（见 187 页）小憩，它是家小型的连锁餐厅，以香甜可口，而且非常新鲜的传统馅饼出名，如此美味以至于当地人经常会全部买下带回去给全家分享，从来就没有人有异议！

Peter Kozyrev, 导游



SIMON RICHMOND

7

艺术之家

普希金大街 10 号（见 261 页）的人首先是艺术爱好者，专业人士和业余爱好者，但更多的则是诗人。这里的人多数都是夜猫子，也许我们会整晚谈论家庭、艺术以及各种话题，而我们绘画作品的灵感就来源于此。

Evgeny Tykotsky, 画家

风平浪静，碧空如洗。贝加尔湖（见 592 页）之蓝，是那么浓郁、独特、妙不可言……当你纵身跳进这神圣的湖水中，所有那些著名的数据都变得无足轻重了。

Dervla Murphy，游记作家，《偶然穿越西伯利亚》(*Through Siberia by Accident*)

PETER SOLNESS

8



文学博物馆

我建议你跟随着一个有导游的旅游团前往圣彼得堡的普希金公寓博物馆（见 258 页）、陀思妥耶夫斯基博物馆（见 262 页）和阿赫玛托娃博物馆（见 260 页），你不仅能了解俄罗斯历史上具有特殊地位的作家们，而且还能获悉 19 世纪到 20 世纪不同时代中人们的生活状况。

Valery Katsuba，摄影师兼活动策划

JONATHAN SMITH

9



10

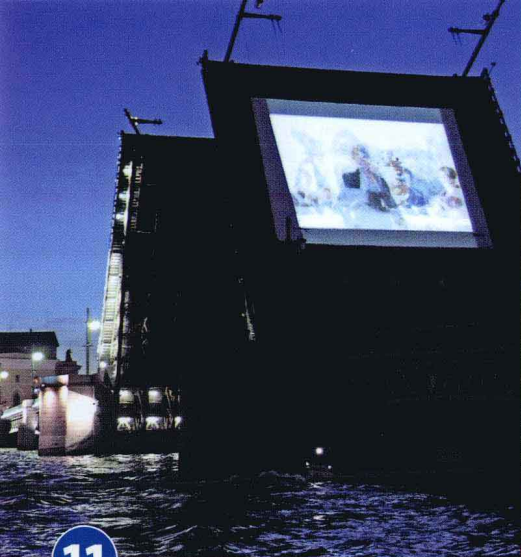
苏兹达尔的美食

MARTIN MOOS



用泥土砌成的苏兹达尔（见 211 页）的克里姆林宫城墙，其历史可以追溯到 12 世纪，那时候这里是公国的首府。沿着城墙散步，可以欣赏到的壮美景观有三座修道院、两座女修道院以及许多教堂。苏兹达尔的特产是一种名叫“medovukha”的蜂蜜酒。在克里姆林宫城墙内的餐厅里可以品尝到这种中世纪俄罗斯王子们所钟爱的美酒。

Gerald Easter，波士顿大学俄罗斯政治和历史学教授



11

白色之夜

Multivision 节 (见 283 页) 时到横跨涅瓦河的 Dvortsovy 大桥和 Troitsky 大桥上观看栩栩如生的水上电影, 只是欢度魔幻、绚烂的圣彼得堡白夜的方式之一。

Simon Richmond, Lonely Planet 作者

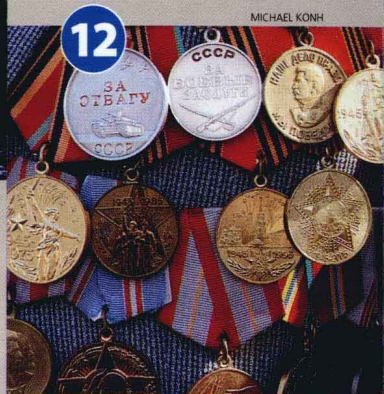
SIMON RICHMOND

沉甸甸的奖牌

俄罗斯是个骄傲的民族, 那里的年长者通常都会佩戴他们有生以来获得的各种勋章。在苏联时期, 从工人到战斗英雄都会被授予勋章, 甚至是多生孩子的妇女也会被授予一枚。在这里的任何一个古董市场, 你都可以收集到它们。

Michael Kohn,
Lonely Planet 作者

MICHAEL KOHN



13

美丽的山脉

我们称之为“小喜马拉雅山”, 但我们曾经去过尼泊尔, 认为高加索山脉 (见 498 页) 更加壮观。

Abu Elmesov, 登山运动员, 在厄尔布鲁士峰有 22 年的救援服务经验

JONATHAN CHESTER

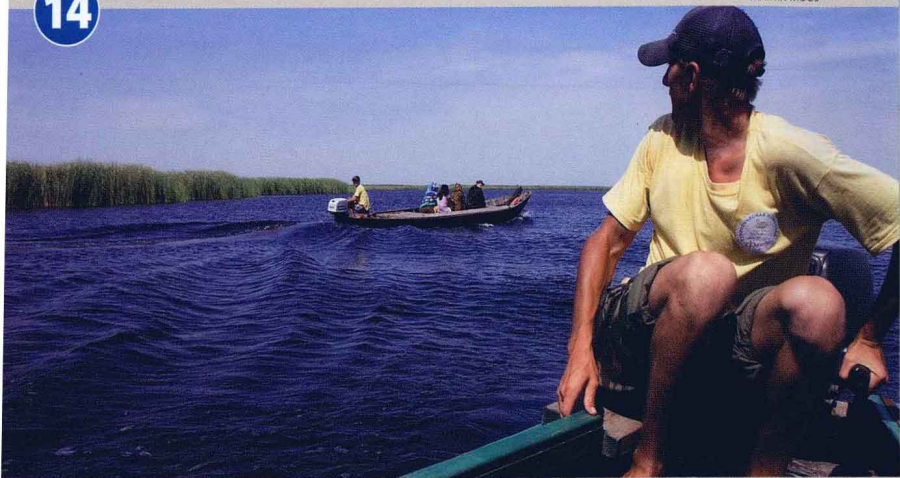
伏尔加河畔

人们到日古利山通常都会带个帐篷，我却不需要。我在 Bakhilova Polyana 也就是该地区的正中心找到了一套恰好就在海滩上的别墅。由于只有一条船，所以我们更愿意划船到伏尔加河中心的岛屿上去。那里看上去完全就像波利尼西亚的环礁，海滩烧烤更是别有一番风味。在岛屿的中间还有一个小小的潟湖，冰凉的湖水清澈见底。如果你在海滩找不到我，那我有可能骑自行车去山地转悠了。虽然在俄罗斯我们称其为山，但官方认为它们的地下水并不是来自伏尔加河，而是源于日古利海。

Lena Danilevich, 来自陶里亚蒂的学生

MARTIN MOOS

14



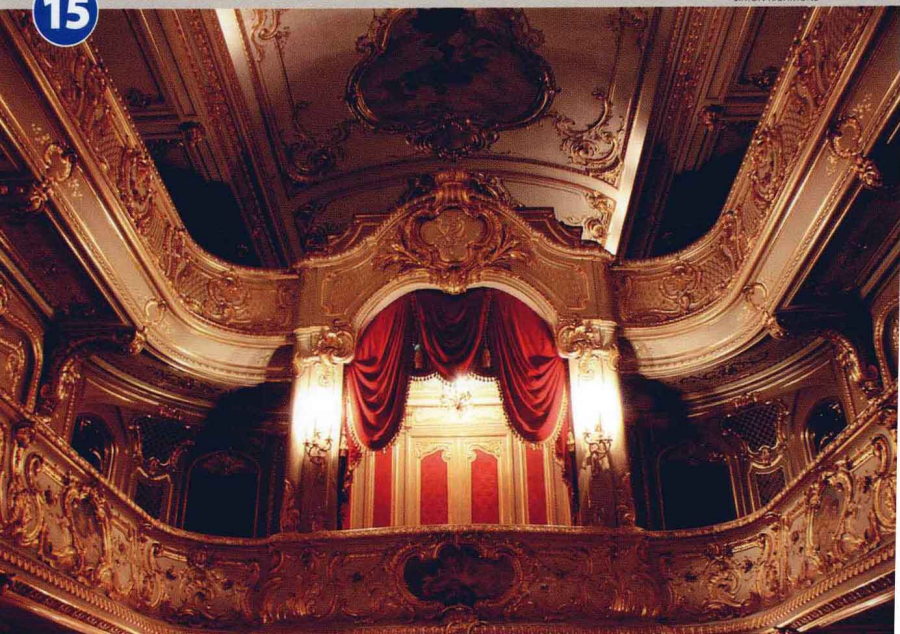
金色剧院

尤苏波夫宫（见 263 页）是圣彼得堡外面我最喜爱的一处景点，但并不是因为它那迎合大众口味的拉斯普京谋杀案场景的蜡像造型，我喜爱的是这里许多风格各异而且一个比一个华丽的房间。最迷人的是金色剧院，现在有时还会举办一些私人舞会和歌剧表演。

Simon Richmond, Lonely Planet 作者

SIMON RICHMOND

15





16

壮观的火山

MARK NEWMAN

和陆地本身一样，堪察加半岛（见 677 页）是在火山中诞生的，虽说没有过去那么强的爆发力，但堪察加半岛远没有看上去那么平静，它的历史就是一个连续不断的剧烈再生过程。一旦来到这个世外桃源般的岛屿，岛上热情好客、勤劳纯朴的居民会让你脑海中闪过要在这里安度余生的念头。

Andrew Logan，火山学家，www.kamchatkapeninsula.com



17

乘火车旅行

RICHARD T'ANSON

在俄罗斯体验生活的最佳方法就是乘坐长途火车，一边品尝服务员为你送上的热甜茶，一边和同行的乘客聊天。我曾经和一个扎着马尾辫儿、去参加彼尔姆队的选拔赛的职业冰球运动员探讨关于世界的诸多问题。在莫斯科—北京的特快列车上我还差点儿因猛烈的波兰伏特加而醉倒，幸亏一名中国空气动力学教授的制止，当时，他正在他的首次西方之旅返程的路上，这些有趣的事情都是在列车上发生的。

Mark Smith，“61号座上的男子”网站创始人 (www.seat61.com)

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，都将是与你——一个独立的人，去和另一个人直接发生联系。

此外，旅行比你想象的要容易。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 15 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 如今已成为世界第一旅行出版商。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作出积极的贡献，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（“当地交通”）。

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

在路上	4	莫斯科周边地区	201
俄罗斯亮点	6	伊斯特拉	201
目的地：俄罗斯	20	博罗季诺	203
旅行准备	22	奥卡河沿岸生物保护区	204
旅行线路	27	金环	206
历史	34	弗拉基米尔	207
文化	69	博戈柳博沃	211
餐饮	97	苏兹达尔	211
环境	109	伊万诺沃	215
动感俄罗斯	116	Plyos	215
莫斯科	123	科斯特罗马	216
历史	124	雅罗斯拉夫尔	218
方位	126	乌格利奇	222
实用信息	127	大罗斯托夫	222
危险和麻烦	151	佩列斯拉夫尔—扎列斯基	225
景点	151	谢尔基耶夫镇	227
活动	173	圣彼得堡	230
步行游览	175	历史	231
课程	177	方位	231
带孩子游莫斯科	177	实用信息	232
团队游	177	危险和麻烦	252
节日和重大活动	178	景点	252
住宿	178	走遍俄罗斯	269
就餐	184	活动	279
饮品	188	步行游览	280
娱乐	189	课程	282
购物	193	带孩子游圣彼得堡	282
到达和离开	196	团队游	282
当地交通	199	节日和重大活动	283
		住宿	284
		就餐	288
		饮品	293
		娱乐	294
		购物	297
		到达和离开	298
		当地交通	300
		圣彼得堡周边地区	303
		彼得宫城	303
		罗蒙诺索夫	305
		斯特列利纳和周边地区	306