

北京人文旅游全攻略

老北京 新北京



人文旅行精髓 游玩攻略秘笈

一个植根北京的旅游指南原创团队
六位常年游走北京的资深背包客
向您娓娓道来
老北京风情 新北京魅力

9 大旅游区域

100 处人文景点

90 家美味餐厅

80 家特色宾馆

400 余张精彩图片

 中国地图出版社

老北京 新北京

—北京人文旅游全攻略

《旅游圣经》编辑部

图书在版编目 (C I P) 数据

老北京·新北京：北京人文旅游全攻略 / 《旅游圣经》

编辑部编. —北京：中国地图出版社，2009.6

ISBN 978-7-5031-5063-0

I. 老… II. 旅… III. 旅游指南—北京市 IV. K928.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 080891 号

责任编辑 刘洪涛

审 订 梁 华

老北京·新北京：北京人文旅游全攻略

出版发行 中国地图出版社

社 址 北京市宣武区白纸坊西街 3 号

邮政编码 100054

网 址 www.sinomaps.com

印 刷 北京盛通印刷股份有限公司

经 销 新华书店

成品规格 142mm × 210mm

印 张 12.25

版 次 2009 年 7 月第 1 版

印 次 2009 年 7 月第 1 次印刷

印 数 0001-5000

定 价 36.00 元

书 号 ISBN 978-7-5031-5063-0/K · 3159

审 图 号 京 S (2009) 042 号

如有印装质量问题，请与我社发行部联系。电话：010-83543974

如反馈图书信息，请与编辑联系。电话：010-83543853

寻找老北京风情 体验新北京魅力

3000多年的建城史，五朝古都的风华至尊，岁月留给这座城市的是挥不散的古韵幽幽。外有万里长城雄关巍峨，内有明清紫禁城举世无双。四九城的格局，纵横交错的胡同，城门楼、四合院、会馆、寺庙，身边的建筑在以无声的方式传递古老的文化。前门大栅栏百年老字号汇集，琉璃厂仿古街翰墨飘香，恭王府内品京剧大雅，茶馆戏园听相声曲艺。无论你是逛胡同、吃烤鸭、住四合院客栈、泛舟皇家园林，还是漫步筒子河畔，你身边的风景，你做的每一件事，总是逃不开历史渊源的交替。这，是文化底蕴厚重的老北京；这，是需要你细细解读探索的老北京。

作为走在时尚前沿的大都市，古老与现代的交融无疑又给我们带来特别的惊喜。于是，有了南锣鼓巷的小资情迷，有了什刹海湖畔的灯红酒绿，老房子改头换面成了青年旅舍，天南地北中西合璧成了流行的美食风向。2008 奥运过后，鸟巢、水立方、国家大剧院、央视大楼，新的建筑以抽象而夸张的设计成为挑战现代审美眼光的焦点。这，是时尚潮流聚集的新北京；这，是充满光荣和梦想的新北京。

出于对这座城市的无比热爱，旅游圣经团队集中了六位常年游走北京的资深背包客，为你娓娓述来老北京风情和新北京魅力，奉上这场视觉、味蕾和心灵的盛宴。无论来自何方，让我们用一首歌作为这场精彩旅行的序言：“北京欢迎你”！

《旅游圣经》编辑部



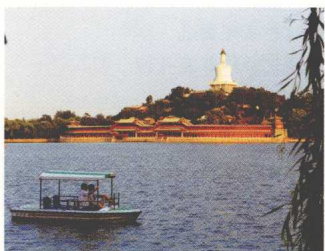
目录

第四章 皇城区域——延续六百年的北京之魂 65

旅游指南 67

主要景点 69

- 故宫——君主制度的完美绝唱 69
天安门广场——中国人心中的圣地 80
人民大会堂——倾听民众的心声 83
国家博物馆——暂时封闭的宝藏 84
中山公园——江山社稷之本 85
劳动人民文化宫——皇帝的祖庙 人民的乐园 86
国家大剧院——天安门前的浪漫建筑 87
东交民巷、西交民巷——江米巷的前生今世 88
王府井——去金街“扎堆儿” 90
王府井教堂——繁华闹市的街头景观 93
砖塔胡同和百花深处——最年长的和最诗意的胡同 94
西单华威“北京攻略”——潮流指标放榜地 98
景山公园——阅尽京城风光 99
北海公园——双桨荡起的细碎时光 102



西什库教堂——中西合璧的天主圣殿 108

隆福寺街——旧日招牌换新颜 110

延伸景点 111

- 首都博物馆——新展馆中看老北京 111
智化寺——京音乐的活化石 114
长安大戏院——现代化戏曲艺术大舞台 115
白塔寺——元大都的辉煌见证 116
历代帝王庙——帝王将相的丰碑 118
广济寺——闹市中的佛家静地 119

住宿 121

美食 125

第五章 前门区域——走进老北京 131

旅游指南 133

主要景点 134

- 前门大街——等待灵魂注入的老北京风情街 134
大栅栏——繁华市井何处有 136
前门胡同——风流总被雨打风吹去 143
琉璃厂文化街——京都雅游 149

- 湖广会馆——粉墨重登台 156
珠市口基督教堂——扩建工程的幸存者 158

延伸景点 159

- 红桥市场——珍珠集散地 159
天坛——离天最近的地方 161
先农坛——皇帝亲耕之处 167
京城百工坊——手工业大师汇集的地方 169
天桥——消逝的风景 169
牛街——东方小麦加 174
白云观——道教全真第一丛林 183
宣武门天主教堂——京城第一座教堂 185
潘家园旧货市场——点石成金 188
北京古玩城——众里寻他千百度 190

住宿 191

美食 198



第六章 什刹海区域——海子边最美的京味细节 204

旅游指南 206

主要景点 206

- 什刹海——亦真亦幻的京味面孔 206
宋庆龄故居——后海北沿的静寂花园 217
恭王府——京城最美的私宅 221
钟鼓楼——我的家就在钟鼓楼的这边 224
南锣鼓巷——胡同巷里的历史与时尚 228

延伸景点 236

- 张自忠路——铁狮子护佑下的深宅大院 236

住宿 239

美食 242



第七章 雍和宫区域——隐含在喧嚣岁月中的踏实 249

旅游指南 251

主要景点 251

- 雍和宫——寻找皇城根下离雪域最近的味道 251
孔庙——祭祀孔子的宏大建筑 258
国子监——寒儒仕途之梦的起点 259
地坛——上演祭地“大戏”之坛 261

目录

簋街——京城第一食街 262

住宿 264

美食 265



第八章 三里屯区域——流光溢彩 京城不夜天 267

旅游指南 269

主要景点 270

三里屯酒吧街——今夜星光灿烂 270

雅秀服装市场——洋风景一枝独秀 274

秀水街——北京城的亮丽名片 275

莱太商圈——花开百日红 277

798 艺术区——老厂房内的创意基地 280

东岳庙——华北第一道观 283

央视新址大楼——备受争议的新地标建筑 285

美食 286



第九章 颐和园区域——山水之间的皇家风景 291

旅游指南 294

主要景点 296

颐和园——皇家园林的经典绝唱 296

圆明园——消逝的万园之园 306

香山公园——从西山晴雪到香山红叶 311

北京植物园——自然与人文的融合 316

大觉寺——一寺藏六绝 318

清华大学——清新俊逸的水木清华 321

北京大学——年华似水的菁菁校园 324

五道口——鲜活蓬勃的地球村 326

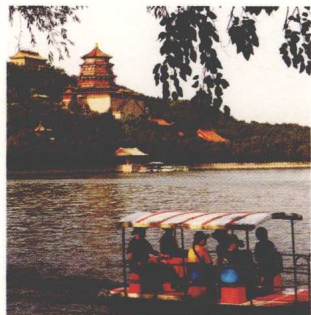
延伸景点 328

北京动物园——大熊猫的京城居所 328

万寿寺——长河傍古刹 331

五塔寺——石刻艺术的宝库 333

美食 334



第十章 京西寺庙群——天下名山僧占多 340



旅游指南 342

主要景点 343

潭柘寺——深山藏古寺 343

戒台寺——天下第一坛 345

八大处公园——佛界庇佑下的世俗游乐场 347

法海寺——北京的敦煌 349

云居寺——刻在石头上的佛教经典 350

延伸景点 353

周口店北京人遗址——人类的摇篮 353

第十一章 长城、明十三陵——京北的世界文化瑰宝 355

旅游指南 357

主要景点 357

八达岭长城——不到长城非好汉 357

明十三陵——这里的青山埋皇帝 360

居庸关长城——一夫当关，万夫莫开 366

司马台长城——难于上天梯 368

慕田峪长城——危岭雄关 371

延伸景点 373

红螺寺——京北第一古刹 373



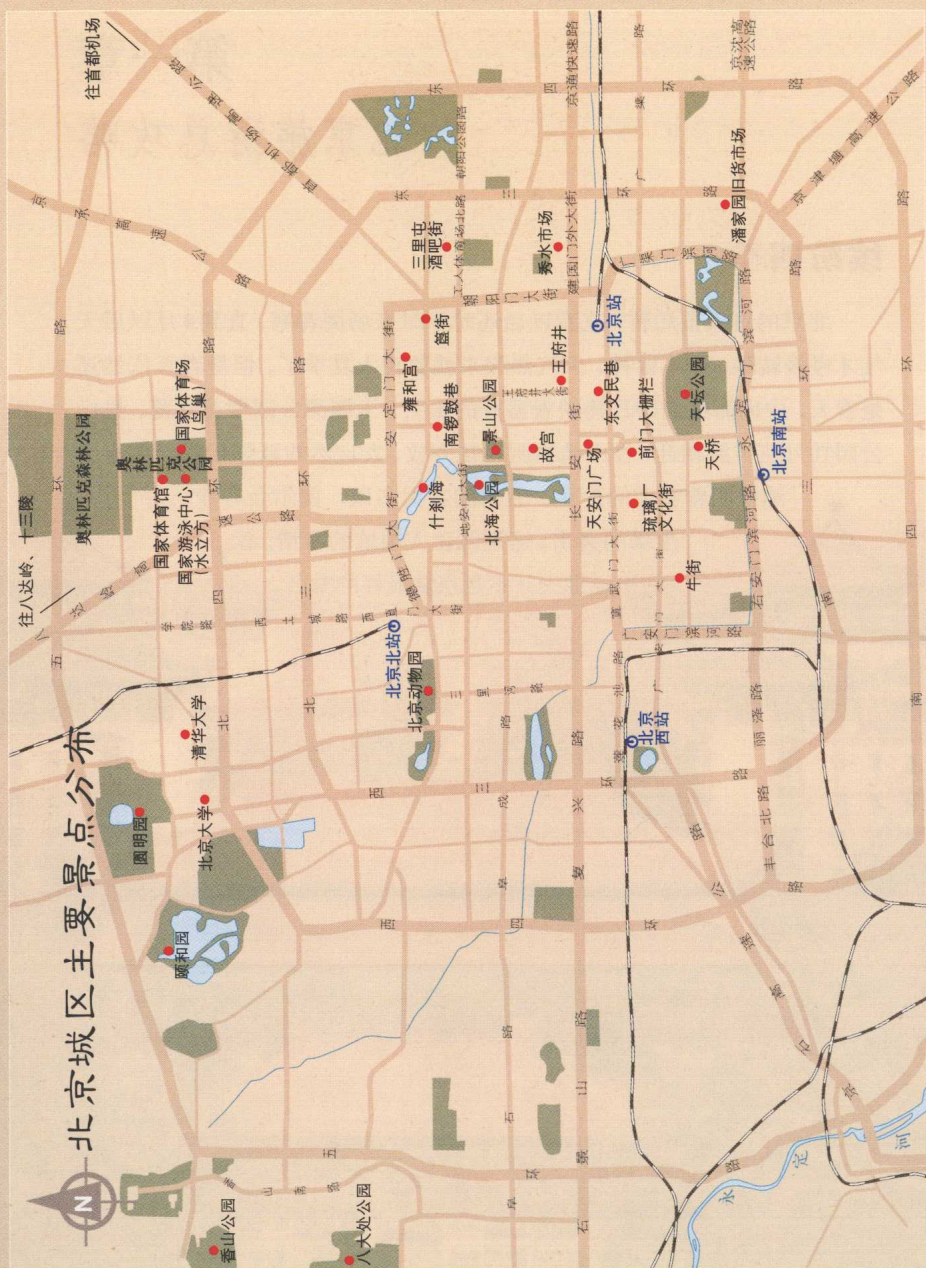
第一章

北京旅游总攻略

缤纷四季

北京的春天很短暂，立春以后还时不时来场倒春寒，直到4月以后天气才慢慢转暖，一不留神，天气热起来就要转入夏季了。但是春天依然还是春天，中南海红墙碧瓦掩映着盛开的玉兰，玉渊潭公园樱花吐蕊，景山公园牡丹花笑脸相迎，香山植物园百花齐放，大自然的新陈代谢仍然有力地证明着春天的存在。北京的春天多风，偶尔会有沙尘暴的袭击，这是件让人烦恼的事情。总的来说春天并不是京城最好的季节。



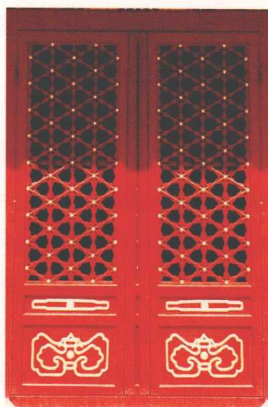


北京夏季炎热多地方消暑，比如北海公傍晚小憩，或者选择京柔，还有号称“夏都”的避暑佳地。

京城最美还是秋气爽，风和日丽，凡是客无不赞叹这一季的天的

大风和春寒，不再有高爽的蓝天白云相伴，心情都会格外舒畅。此时正是去香山赏红叶的好时机，体味那万山红遍的秋之韵。或者去北郊走一番，登长城、品虹鳟鱼、吃农家饭，再找个农家小院住上一宿，尽享大自然的这份浓情美意。

必须要说一说北京的冬天。虽然是数九寒天北风呼啸，但冬日特别是落雪之后独特的北方情致却最能体现这座古城的文化气质。不用说那故宫、长城、皇陵、园林，单是走在雪后的胡同内，在蜂窝煤、冰糖葫芦、冻柿子、烤白薯的市井氛围熏染下，你就能够感受到北京城这份浓浓的古韵。如果你赶上了春节，那么热烈非凡的庙会会让你大饱眼福和口福，老北京的各种曲艺、杂耍、小吃、手工艺应有尽有。可以说冬日是游览北京别有韵味的季节，尤其适合喜爱深度文化旅游的旅行者。



雨，可以选择有水的园泛舟，比如什刹海郊地带如京西、怀延庆，这些地方都是

季，9月至11月天高秋日里来过北京的游公作美，没有了春日燥热和烦闷，永远有无论访古还是赏秋，

行程安排

三天时间——走马观花北京城

如果想在三天内走遍北京的经典景点，行程会比较紧凑。

第一天上午先到天坛，与晨练的老人们打个招呼，比划几招太极拳，在圜丘坛感受“天人合一”的天坛神韵，10点多钟出天坛东门，到红桥市场选购几条可心的珍珠项链，中午时分在市场北边的老北京炸酱面馆来一碗香喷喷的北京炸酱面，听着伙计们“来咧，二位”的吆喝，切身体会好客的北京传统。下午来到天安门广场，沿北京的中轴线一路向北，逐步揭开紫禁城神秘的面纱，闭馆后登上景山顶峰，看夕阳的余晖在红墙黄瓦上

渐次暗淡，终归寂静；华灯初上时已置身于什刹海边，吹吹风、泡泡吧，让一天的疲倦消失在灯影摇曳之中。

第二天上午参观奥运村，把自己想象成一只小鸟，与偌大的“鸟巢”主体育场比较一下身高；随后潜入“水立方”，把自己想象成一滴水珠，自由徜徉在这个魔幻水世界；最后走进奥运森林公园，把自己想象成一片树叶，在北京的树梢随风起舞。午饭可在亚运村或牡丹园美食街解决，那里有来自各地的美食，菜系丰富多彩。饭后赶往颐和园，泛舟昆明湖，漫步长廊，登高佛香阁，尽情品味现存最大的皇家园林。晚饭可以去附近的西贝莜面村或东来顺海淀饭庄，也可以选择位于西四环的金源燕莎等新兴美食基地。



第三天交给郊区的两处世界文化遗产，登八达岭长城做一回好汉，看苍龙蜿蜒千里，气势磅礴。下午到明十三陵看神道石像，宝顶地宫，咋舌于皇帝们死后的尊荣和奢华。晚上回到城里，以烤鸭或涮羊肉等传统北京饮食作别这个美丽的城市，让北京的记忆在口中、在心里回味。

五天时间——意犹未尽北京行

如果有五天时间，就可以安排得比较从容了。

第一天从天安门广场开始，用两个小时左右参观人民大会堂、国家大剧院等景点，登天安门城楼，向广阔的广场挥一挥手。随后进入故宫，按照故宫一日游程的路线走遍皇宫的每一个角落，甚至可以在午后的阳光下打一个盹儿，等待娉娉婷婷的宫女走入梦中。闭馆后登上景山，俯瞰北京南北中轴线和故宫鳞次栉比的屋顶，晚餐来到东华门夜市，在此起彼伏的叫卖声中寻找您最心仪的排档吧。

第二天对比一下皇帝与市民的生活异同。上午参观皇家宫苑北海公



园，午餐在北海北门的荷花市场里找一个靠窗的座位，对着什刹海的粼粼波光 and 依依垂柳，必定食欲大开。下午走进恭王府，追忆权臣、皇族的生活。然后坐上三轮车，游走于什刹海两岸的胡同里，近距离接触老北京的市井百态。傍晚时分登上钟鼓楼，看沉沉暮色渐渐笼罩京城，万家灯火次第亮起；晚餐一定要去左近的簋街，这里可是北京平民美食的圣地，来一块芥末墩，抿一口二锅头，满街的红灯笼便有了梦幻的色彩。

第三天、第四天请参考三日游的第二、三日安排。



第五天上午到雍和宫接受藏香的熏陶，仰观恢宏的木雕大佛，随后在国子监街上走一走，槐荫如盖，静谧安详；下午乘地铁5号线直奔天坛，领略明清古建筑的和谐美感，余下的就是购物时间了，先逛逛红桥市场，珍珠、玩具应有尽有，再来到新秀水市场，买中国丝绸、服装，晚餐也可以在市场内解决，全聚德的烤鸭正召唤着您。

十四天时间——古都风貌大集合

第一天，天安门广场、故宫、景山

第二天，八达岭长城、明十三陵、王府井

第三天，奥林匹克公园（鸟巢、水立方、国家体育馆、森林公园）、秀水街、三里屯

第四天，颐和园、圆明园、北京大学、清华大学

第五天，雍和宫、国子监、元大都城垣遗址公园





第六天，北海、恭王府、什刹海、钟鼓楼、南锣鼓巷

第七天，天桥、天坛、红桥、潘家园

第八天，琉璃厂、大栅栏、牛街清真寺、法源寺、湖广会馆

第九天，周口店北京人遗址、云居寺、潭柘寺、戒台寺

第十天，香山、植物园、卧佛寺

第十一天，首都博物馆、白云观、动物园、万寿寺、五塔寺

第十二天，八大处、法海寺

第十三天，白塔寺、广济寺、历代帝王庙、西单、东交民巷

第十四天，自由活动。

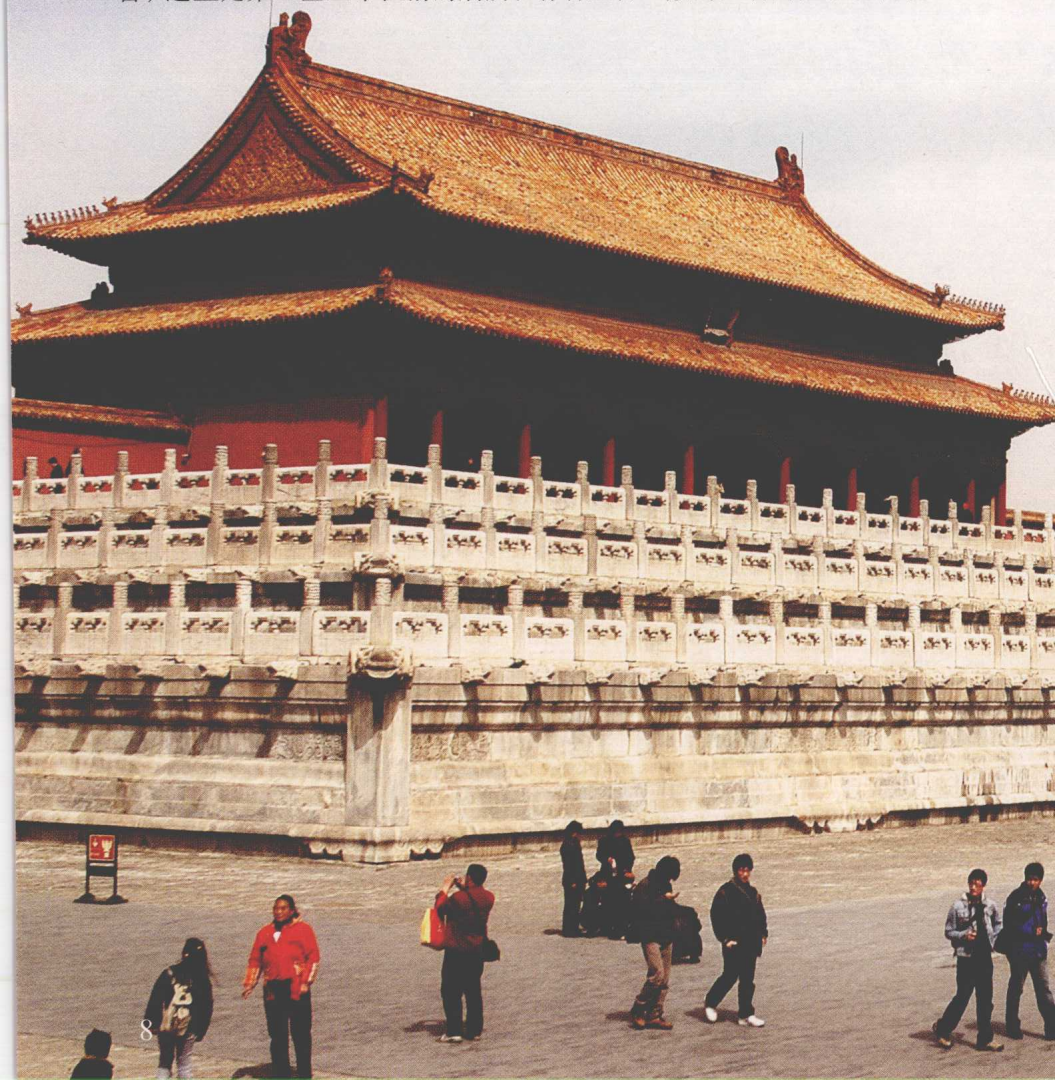
专题旅游

极度奢华——皇家风范专题游

作为元明清三代大一统王朝的首都，北京有着与生俱来的皇家风范，特别是明清两朝都留下了很多皇家遗迹，还依稀可见当年的极度奢华。

第一天自然从皇宫开始，从恢宏的建筑到精细的雕饰，从浓艳的色彩到精美的古玩，就连皇帝吃饭的碗筷、娱乐的象棋，都非金即玉，彰显皇家的气派和尊崇。下午先游览恭王府，随后步入北海公园，皇帝的私家花园当然大得多，等到夜色阑珊，送走了游人的北海才显示出它静谧的一面，跟随着古装仕女的薄纱灯笼，去仿膳饭庄品尝古代皇帝们曾经吃过的美味佳肴。

第二天先去十三陵，神功圣德碑巍峨屹立，裨恩殿宏伟肃穆，陪葬品精美绝伦，皇帝们死后的排场也令人惊叹。下午回到城里，参观雍和宫，这里是雍正登上帝位前的居所，有着皇宫一般的金碧辉煌，晚餐就



选全聚德吧，连慈禧太后都喜欢全聚德的烤鸭。

第三天上午参观天坛，皇帝祭天之处，感受一下皇权面对上天时的些许谦让。下午游览颐和园，作为中国现存最大的皇家园林，其雍容的气度和秀美的风景无人能及。晚餐就在园内的听鹌馆，当穿着盆底鞋的宫女风姿绰约地给您端上来全套的皇帝宴时，您会不会有穿越时空、当了皇帝的感觉呢？

心灵之旅——宗教专题游

北京对于宗教文化具有很强的包容力，各种宗教在北京和谐并存，游走于寺观坛庙间，体会不同宗教各自的博大精深，与源远流长，只需要寥寥三天时间，何乐而不为？

