



行程编号  
LKTBSJYQ49

# 佛教朝圣之旅（9天）

9天·8晚

私人团，含司机兼导游

AI生成图像·并非实景照片

## 关于此体验

这个为期九天的私人游览追溯斯里兰卡从海岸经过干区古城到山地的佛教遗产，最后回到科伦坡。旅程始于西海岸的尼甘布，向内陆前往圣城阿努拉德普勒和朝圣地米欣塔莱，继续穿过波隆纳鲁沃和锡吉里亚，经过丹布勒和康提攀升至山丘上的努瓦勒埃利亚，然后登上亚当峰，最后返回科伦坡启程。

旅行者将访问自公元前三世纪以来塑造岛屿的上座部佛教的主要中心，包括阿努拉德普勒的斯里摩诃菩提寺和茹瓦瓦利塞亚寺、丹布勒的洞窟寺庙，以及康提的圣牙寺，同时还可看到波隆纳鲁沃的古遗迹和锡吉里亚的岩石堡垒。该路线还为茶乡风景、康提文化表演和亚当峰朝圣登山留出了时间，让旅程混合了宗教、历史和风景停留点。

该旅游由私人司机导游和全程空调车辆提供服务，涵盖沿着固定的九天路线的转移、住宿停留和景点参观。



## 每日行程

### 第1天 机场 → 尼甘布

抵达科伦坡国际机场后，您的专属司机导游将接您前往尼甘布，入住酒店过夜。



#### 尼甘布海滩

在西海岸的尼甘布海滩上尽情放松，这里拥有历史悠久的渔业，还可进行水上运动、探索附近的珊瑚礁，以及参观一艘沉没已50年的近海沉船。

AI生成图像·并非实景照片

## 第2天 尼甘布 → 阿努拉德普勒

早餐后前往阿努拉德普勒，入住酒店，傍晚游览当地最神圣的几处圣地。

### 圣菩提树与鲁万维利塞亚大塔

傍晚在圣菩提树和鲁万维利塞亚大塔参加诵经祈福仪式，随后返回酒店。

## 第3天 阿努拉德普勒 → 米欣塔莱 → 阿努拉德普勒

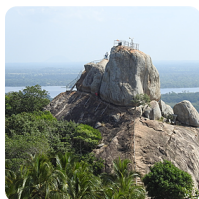
今日探索阿努拉德普勒古城——斯里兰卡长达千余年的古都，随后前往附近的朝圣圣地米欣塔莱。



### 阿努拉德普勒古城游览

漫步于古城遗迹之中，参观佛塔、寺院建筑与池塘，包括杰塔瓦纳拉玛佛塔、圣菩提树，以及阿巴耶吉利寺遗址。

Thisaru Tharuka · CC BY-SA 4.0



### 米欣塔莱

米欣塔莱是传说中高僧摩诃陀与提婆南毗耶帝须王相遇之地，标志着佛教传入斯里兰卡，至今仍是拥有众多宗教纪念建筑的朝圣地。

Dennis Sylvester Hurd · CC0

## 第4天 阿努拉德普勒 → 波隆纳鲁瓦 → 锡吉里耶

办理退房后，今日前往波隆纳鲁瓦遗址游览，随后继续前往丹布拉方向。



### 波隆纳鲁瓦

漫步于波隆纳鲁瓦遗址，这里是斯里兰卡第二大古都，兴盛于公元10至13世纪，可参观加尔维哈拉石窟寺、瓦塔达盖圆形寺、莲花池、兰卡提拉卡寺以及帕拉克拉马巴胡国王雕像。

Bernard Gagnon · CC BY-SA 3.0

## 第5天 锡吉里耶 → 丹布拉 → 康提

今日攀登锡吉里耶狮子岩，参观丹布拉石窟寺，随后前往康提观看晚间文化表演。



### 锡吉里耶狮子岩

攀登由卡夏帕国王建于5世纪的岩石堡垒，穿过狮爪门，欣赏著名的壁画，并经过梯田花园、蓄水池和通向昔日王宫的隧道。

Wrobell · CC BY-SA 3.0



### 丹布拉石窟寺

参观始建于公元前1世纪的丹布拉金寺，寺内壁画描绘佛陀生平，五座主要石窟中供奉着数百尊佛像与神像，包括神王窟和大王窟，寺外还矗立着巨大的金色佛像。

Lankapic · CC BY 2.5

### 康提传统工艺与文化表演

在康提参观宝石加工、木雕和蜡染工坊，随后观赏为期一小时的康提传统文化表演，包括传统舞蹈与音乐，以及火舞和剑舞表演。

---

## 第6天 康提 → 努沃勒埃利耶

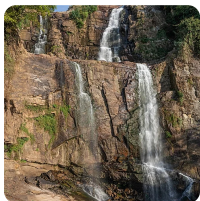
清晨先游览康提佛牙寺，随后前往努沃勒埃利耶，途中参观瀑布和茶园。



### 佛牙寺

参观这座联合国教科文组织世界遗产，建于16世纪，用以供奉佛陀圣牙舍利，殿内彩绘大厅、雕刻立柱与金色佛像令人印象深刻。

A.Savin · FAL



### 兰波达瀑布

途中在兰波达瀑布稍作停留，这是斯里兰卡最高的瀑布之一。

A.Savin · FAL

### 茶厂与茶园

参观茶园与茶厂，了解锡兰红茶的加工过程，追溯这一产业19世纪发源于詹姆斯·泰勒位于鲁勒康德拉的种植园。



### 努沃勒埃利耶小镇

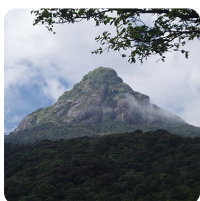
傍晚探索这座昔日的英国山地小镇，欣赏别致的小屋与庄园建筑、古老的邮局、维多利亚女王公园以及格雷戈里湖畔风光。

Abdul malik77 · CC BY-SA 4.0

---

## 第7天 努沃勒埃利耶 → 亚当峰

清晨出发，攀登多个宗教共同敬奉的圣山——亚当峰。



### 亚当峰

攀登斯里帕达圣山，佛教徒视其为与佛陀相关的圣地，穆斯林则因亚当的传说而尊崇此山，印度教徒认为其与湿婆神相关，千百年来一直是著名的朝圣之地。

Bourgeois · CC BY-SA 3.0

---

## 第8天 亚当峰 → 科伦坡

早餐后前往科伦坡，游览这座首都城市，随后入住酒店。



### 科伦坡市区游览

参观首都的地标景点，包括老灯塔、旧国会大厦、格尔菲斯酒店、加勒菲斯海滨绿地、甘格拉马寺庙和国家博物馆，并有时间在独立广场附近购物。

Gihanud2001 · CC0

---

## 第9天 科伦坡 → 班达拉奈克国际机场

早餐后办理退房，前往机场送机，行程至此圆满结束。

## 包含内容

#### 已包含

- All prevailing taxes and service charges.
- Service of an English-Speaking Chauffeur Guide throughout the tour.
- Transport in a Private Vehicle, inclusive of all chauffeur accommodation.

#### 不包含

- Entrance fees.
- International / Domestic Airfare.
- Tips & Portages.
- Cost of Beverages.

---

**Lakpura®** · 价格、选项及预订: [www.lakpura.com/zh/products/buddhist-pilgrimage-tour-9-days](http://www.lakpura.com/zh/products/buddhist-pilgrimage-tour-9-days)  
hello@lakpura.com · +94 11 574 7474