**斯里兰卡佛教文化之旅**

**行程亮点：**

1、安排在菩提树下诵经

2、安排住持接见，品尝寺庙素食

3、参观5百罗汉写经书的寺庙

4、安排放生小海龟

5、世界文化遗产之旅

6、茶山火车特别体验，参观当地茶工厂，体验斯里兰卡的红茶文化

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **行 程 安 排** | | | | | | | | |
| 第一天 | 凌晨航班，请您于今晚抵达T2航站楼办理登机手续 | | | | | | | | |
| 第二天 | **北京✈科伦坡 🚍阿努拉的普拉（车程约5.5小时）**  **参考航班： UL869 PEKCMB 0020 0545**  北京首都国际机场T2航站楼集合乘坐斯里兰卡航空前往印度洋上的眼泪—斯里兰卡。在其首府科伦坡（时差-2.5小时）落地，抵达之后，享用早餐，早餐后前往第一古都阿努拉特普拉城市。我们可以参拜2250年前从印度菩提到场移植的当年佛陀借助参悟的世界现存最古老的一颗菩提圣树，游览无畏山寺佛塔、双镜池塘和世界上最高的祗陀林寺塔。游览结束回酒店休息。  阿努拉得普拉Anuradhapura：斯里兰卡最古老的城市，公元前四世纪起成为辛哈里王朝首都，此后有一百多位国王皆以此为国都，公元前247年佛教传入后成为佛教都市，这时代有许多美好的佛教文化和艺术在此蓬勃发展。十三世纪末遭到弃置的命运，到十九世纪末才被英国人重新发现，将古城的风貌重现于世。  圣菩提树：公元前三世纪印度孔雀王朝的国王阿育王时，由佛陀悟道处菩提树新苗移植于此。一直为佛陀的象征，历经了将近2300年的岁月，其分枝也遍植于国内各地，于1982年列入联合国世界文化遗产，被尊为国宝，并且只有僧侣可为此树浇水。  亮点：   1. 可安排在菩提树下诵经 2. 可安排寺庙的素食 3. 可安排住持接见 | | | | | | | | |
| 宿： 阿努拉的普拉区域酒店 | | 用餐：早午晚 | | | 交通：飞机、汽车 | | | |
| 第三天 | **阿努拉得普拉🚍婆龙纳鲁瓦**（车程约1.5小时）**🚍丹布拉**（车程约1小时）  早餐后，出发到婆罗那鲁瓦是世界文化遗产地，是11至13世纪斯里兰卡的首都，给后人留下了很多精美壮观的雕象。伽尔寺的坐、卧、立之尊佛陀雕像，建于公元12世纪的婆罗迦罗摩海人口湖、皇家宫殿、议会厅及其他的建筑都坐落在高墙的内城中。午餐享用当地特色餐。后驱车前往丹布拉石头古庙。车程1个半小时，游览约1格小时丹布拉石头古庙于公元前1世纪建造，是一个世界遗产。它是斯里兰卡洞穴古庙中给人印象最为深刻的一个由5个洞穴组成的复杂建筑，共有2000平方米画着油画的墙壁和屋顶，是世界上迄今为止发现的面积最大的油画返回酒店晚餐。  **波隆纳鲁沃古城**：位于斯里兰卡国东北部，距首都[科伦坡](http://baike.sogou.com/lemma/ShowInnerLink.htm?lemmaId=3464521&ss_c=ssc.citiao.link)东北216公里。公元933年，波隆纳鲁沃城成为斯里兰卡的首府所在地。在波隆纳鲁沃古城里，不仅有考拉斯时期的[婆罗门教](http://baike.sogou.com/lemma/ShowInnerLink.htm?lemmaId=149713&ss_c=ssc.citiao.link)遗址，还能看到帕拉克拉马一世十二世纪时修建的神话般花园城市的遗迹。1982年[联合国教科文组织](http://baike.sogou.com/lemma/ShowInnerLink.htm?lemmaId=110837&ss_c=ssc.citiao.link)将波隆纳鲁沃古城作为文化遗产，列入《[世界遗产名录](http://baike.sogou.com/lemma/ShowInnerLink.htm?lemmaId=94484&ss_c=ssc.citiao.link)》  **石窟寺**：（世界文化遗产），这座岩石寺庙始建于公元前1世纪。它是斯里兰卡石窟古庙中给人印象深刻的一个，由五座佛教石窟组成的复杂建筑。共有157尊神像，都隐藏在狭长的石壁下，其中最大的一尊从岩石中雕刻出来，有14米宽。寺庙共有2000平方米的壁画，令人感到惊艳的是整个石窟的墙壁到都是彩绘壁画，这些壁画在当时都是用树汁绘制而成，虽然历经岁月的更迭，却依然鲜明如昔，至今仍保留着旧时的亮彩，令人叹为观止。（温馨提示：进入石窟需脱鞋，有鞋子寄存处，但可以不存，放进自己随身袋内，这样可省去部分费用。石窟内许可拍照，禁止录像。）  亮点：  1、世界文化遗产之旅 | | | | | | | | |
| 宿：丹布拉或哈博拉纳区域酒店 | | 用餐：早午晚 | | | 交通：汽车 | | | |
| 第四天 | **丹布拉🚍西格里亚狮子岩**（车程约30分钟）**🚍康提**（车程约2.5小时）  酒店早餐后,驱车前往参观斯里兰卡七大世界遗产之一的**西格里亚-狮子岩**（入内）（约2小时）。随后参观狮子岩博物馆。于当地午餐，随后驱车前往斯里兰卡王朝最后的首都**康提**,途径5百罗汉写经书的寺庙参观。游览结束后，回到酒店休息享用晚餐。  **西格里亚-狮子岩：**西格里亚(狮子岩）是古代岩城堡傲然站立比周边高出200多米。西格里亚作为著名的旅游目的地，同时还以其中的古代书画文明，这书画让人联想起了印度著名的阿旃陀石窟。西格里亚是在迦叶波王朝 (AD 477— 495)时期建造的，它是斯里兰卡七大世界文化遗产之一。  亮点：  1、途径5百罗汉写经书的寺庙参观 | | | | | | | | |
| 宿：康提区域酒店 | | 用餐：早午晚 | | | | 交通：汽车 | | |
| 第五天 | **康提🚍努瓦拉埃利亚**（车程约4小时）  早餐后,游览参观世界佛教奇迹—佛牙寺（入内）（约1.5小时），途中可欣赏到康提湖的迷人景色。进入佛牙寺倾听诵经之声，净化心灵。随后可体验茶山火车（温馨提示：火车采取当场买票形式，有无座位需购票后才能确认；如遇火车临时取消或火车满员情况我们将改乘大巴车））前往下个目的地努瓦勒艾丽耶，您可感受高山茶园中穿梭的惊艳。  **努瓦拉埃利亚**：斯里兰卡最好的红茶产地，是一个值得非常观光的古城，海拔1889米，是斯里兰卡山区产茶城市的中心、优良红茶产地，早期是由英国人开辟而成。这里是又是一处欧洲风格的高原避暑胜地，四周被三座云雾缭绕的高山环抱，峰林迭嶂、峡青峦秀。沿途欣赏层层迭迭的红茶园及远处的瀑布，伴随着空气中飘来的阵阵茶香,沁人心腑。  亮点：   1. 可安排茶山火车特别体验 2. 可安排当地茶工厂，体验斯里兰卡的红茶文化 | | | | | | | | |
| 宿：努瓦拉埃利亚区域酒店 | 用餐：早午晚 | | | | 交通：汽车 | | | |
| 第六天 | **努瓦拉埃利亚🚍西南部海边**  乘车前往游览同为世界遗产之一的加勒古堡（入内），当地享用午餐随后乘车到海边参观斯里兰卡独特的“立钓”（约45分钟），在当地安排放生小海龟（受季节影响）。  加勒古堡：加勒古堡是斯里兰卡仅存的古城之一，已经被列入世界文化遗产。1663年，荷兰人扣开了锡兰的大门。荷兰殖民时期，为了显示在锡兰的统治坚不可摧，荷兰人在加勒建立了一座占地36万平方米的城堡。  海边立钓：立钓是斯里兰卡独特的钓鱼方式，他们坐在插入海中的木杆上钓鱼，技术 高超，随着潮来潮去，似乎并不影响渔民们的垂钓，这是当地渔民特殊的一种捕猎方式，全世界仅有在斯里兰卡能够看到。  亮点：  1、可安排放生小海龟 | | | | | | | | |
| 宿：西南部海边区域酒店 | | | 用餐：早午晚 | | | | | 交通：汽车 |
| 第七天 | **西南部海边 🚍美蕊沙（车程约1.5小时）🚍 科伦坡**  早餐后，乘车前往美蕊沙，出海观看海豚，如果您有幸，可以看到蓝鲸。晚上回到酒店休息享用晚餐。  观海豚：在斯里兰卡南部美蕊沙外海，靠近印度大陆最南端，附近海域生物蕴藏丰富，多种海豚鲸类都从此经过，并在此停留觅食，使这边海域成为了世界著名的观海豚场所。 | | | | | | | | |
| 宿：科伦坡区域酒店 | | | | 用餐：早午晚 | | | 交通：汽车 | |
| 第八天 | **科伦坡✈北京**  **参考航班 UL868 CMBPEK 1320-—2320**  早餐后安排送机，夜间抵达北京，结束此次佛教文化之旅！ | | | | | | | | |