

左

Across
Switzerland

右

瑞士

风同学 著

北京出版集团公司
北京出版社



新浪超人气旅游名博 双胞胎兄弟 首度联袂“双芯”图书
想旅行？“左右”都是瑞士！
瑞士驻华大使 瑞士国家旅游局 推荐
上亿次累积的信任与关注 只为自己可以左右这一次
定价：68.00元

图书在版编目 (CIP) 数据

左右瑞士 / 风同学, 七色地图著. — 北京: 北京出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-200-09014-7

I. ①左… II. ①风… ②七… III. ①旅游指南—瑞士 IV. ①K952.29

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第260485号

左右瑞士

ZUOYOU RUISHI

风同学 七色地图 著

*

北京出版集团公司 出版
北京出版社

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100120

网 址: www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京华联印刷有限公司印刷

*

787×1092 16开本 30.75印张 150千字 744幅图

2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

ISBN 978-7-200-09014-7

定价: 68.00元

质量监督电话: 010-58572393

序言

2011年11月16日，我在北京出席了“双芯”图书《左右瑞士》媒体见面会，也就是在那里，我第一次见到了这对颇具人气的新浪旅游双胞胎博主——风同学和七色地图！在发布会上，我和兄弟俩进行了愉快的交谈并翻阅了这本由瑞士国家旅游局携手北京出版集团公司策划的《左右瑞士》样书。我深深地被兄弟俩的瑞士情结感动，被书中的生动文字和图片所吸引。我很高兴能为此书作序，向更多的中国游客介绍我的家乡瑞士！

历史上很多作家走进瑞士，用自己独特的视角诠释瑞士，例如：1880年的《海外浪游记》就是典型的马克·吐温的游记小说，以美国人的观点，发掘神秘的欧洲大陆，描述了马克·吐温在瑞士等欧洲国家的旅行经历，成为日后计划前往欧洲旅行的人喜爱的一本精彩的诙谐小说。其实，瑞士国家旅游局通过图书的形式带领中国游客走进瑞士，已不是第一次了——熟悉瑞士的朋友可能都阅读过2010年出版的倡导恬静生活方式的心灵深潜图书《到瑞士》，跟随一位热爱瑞士生活的女士（灯不鲁姑）的眼光品味瑞士；而此次您将跟随新浪旅游双胞胎博主——风同学和七色地图这两位有着截然不同的旅游兴趣和爱好的行游男生的脚步，再度前往瑞士！

相信在您看到《左右瑞士》时，您已发现这是一本独特的有着两个封面的图书。这就是“双芯”图书即将带给您的惊喜！“双芯”：一是因为，此书有两位作者、两种面貌、两种经历、两种风格、两种体悟，一本实为两本；二是因为，“双芯”即有双动力，对于那些“无论身体还是心灵，总有一个在路上的”人们来说，《左右瑞士》在手，下一个出行目的地还会犹豫吗，“左右”就是瑞士了！

就在我准备这篇序言的时候,《左右瑞士》的另一个“双芯”的精彩体验也在积极实施中——为了适应当下电子阅读和在线阅读的潮流,《左右瑞士》将在2012年初推出 iPad 版本。其中,除了包括《左右瑞士》的全部章节,还将包括瑞士国家旅游局独家提供的《瑞士旅行指南》。读者在通过惊艳美图和特色文字体验瑞士美好、恬静、温暖的方方面面的同时,可以制定自己全面、详尽、实用的旅行计划。

在这里,我还要向一直关注和支持《左右瑞士》出版的广大网友表示衷心的感谢,感谢大家为图书的名字和封面设计贡献自己的智慧!《左右瑞士》将使得瑞士离我们不再遥远,它就在你我的手中!

最后,我衷心希望借着此次北京出版集团公司出版风同学与七色地图的《左右瑞士》一书的机会,让更多的中国读者了解瑞士,当您在计划下次出行时,“左右”就是瑞士了!

史密德 (Jürg Schmid)

瑞士国家旅游局局长

前言

不知不觉，写博客已有6年时间，慢慢地，写作的动力已经由当初的分享变成某种责任。有时候，写一篇博文要花好几个小时，真的是很辛苦。但每每当我倦怠的时候，总会有博友向我“催稿”。他们常常会对我施以柔怀：坐在狭窄的格子间里，心情郁闷的时候，看你的文章，会感觉到世界的宽广与美好，心情也不由自主地好起来。偏偏我特别吃这一套，于是继续痛并快乐着坚持下去。

后来，干脆有人称我为“治愈系”，不一定全盘接受，也不至于诚惶诚恐，下笔的时候充满诚意，所谓的风格都是别人给的。也曾还很事事儿地在网上查“治愈系”的定义：温暖、清新、节奏舒缓。遑论这是否是我的风格，但是这三个定义，真的与瑞士高度吻合，而这，也是我要写这本书的初衷。瑞士的湖光山色，真的是非常“治愈系”。作为永久中立国，几百年没有战争，被雄伟的阿尔卑斯山环绕着，就像是这个世界的后花园。瑞士虽然不大，但处处是雄伟的雪山，明丽的湖泊，还有淳朴的民风与善意的微笑。那些山山水水，真的像一只魔术手，可以抚平你心头的疲惫，重新唤醒对于生活的热爱。

我以为，真正的旅行并非“风萧萧兮易水寒”那样的豪情万丈，更多的是细水长流，韵味悠长。旅行的初级意义是欣赏美丽的风景，更高级的意义是在风景中与自己对话。距离产生美，同样，与心的交流，也需要与家、与熟悉的地方有一定的距离，离开那些牵绊你的东西，你的心才会更大程度地洒脱与奔放。在那样瑰丽的景色中，你会震撼，你会感动，你会自省，你会发现，你会升华，你会感慨世界的壮美与自身的渺小，对物质的欲望也越来越淡，你会更加追求心灵的自由与宁静。

这本书叫做《左右瑞士》。“左右”的含义除了支配、把控自己的生活以外，亦有“一书在手，瑞士任游”的意思，也代表了我与七色地图的行走路线——我从左向右行，而他则由右向左走。在生活中，我是左撇子，比较感性，所以我的这部分内容讲述的更多的是浓郁的人文情怀。

在瑞士行走的一个多月的时间，给我印象最深刻的，就是瑞士人的“慢”。他们热爱户外运动，他们喜欢摆弄花花草草，他们喜欢享受美酒美食。上天眷顾瑞士，给了这个国家如此得天独厚的自然环境，让这里的人们心平气和、淡定从容。我们总担心被飞速行驶的列车抛下站台，但是慢一点，也许前面会豁然开朗，柳暗花明又一村，一方美丽的天地正在等待着你。慢一点，我们的心灵也需要诗意的栖居，慢一点，让我们的灵魂跟上我们的脚步。

慢一点，开始阅读《左右瑞士》……

Contents

目录

第一辑 山水一景

坐望盈盈一水间



纳沙泰尔：1000 岁的“黄油”小城	005
自在风行 透过画满鲜花的你的手	012
布里恩茨湖：流水不争先	018
比尔湖畔：风轻云淡的奢侈	026
莱蒙湖畔：醉美拉沃葡萄园	034
尼翁：湖水柔软过的生活	041
自在风行 埃格勒城堡：酒香四溢的堡垒	046
自在风行 罗什德内：开往童话世界的小火车	048
自在风行 德农：有一种美丽叫麦浪	052

第二辑 世界是个花园

让山装饰你的梦

058	圣科瓦：八音盒里的时空
066	克莱恩·蒙塔纳：吃进满山花香
075	自在风行 David 家的巧克力店
076	萨斯费：雪山上的冷酷仙境
082	米伦：在瑞士的星空下
086	自在风行 山上的雪，山下的花
090	洛伊克巴德：做什么神仙最洒脱
096	因特拉肯：总有理由在此停留



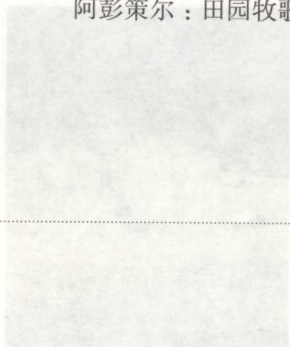
一城山水一程歌



巴塞尔：莱茵河畔吹来的风	104
自在风行 博物馆之都，多一度热爱	110
自在风行 Schiesser 烘焙店：时光的味道	115
自在风行 传说中的圣诞老人	118
伯尔尼：骑行爱蒙塔尔	122
吕特利：在瑞士过国庆节	129
自在风行 瑞士人最爱做什么	136

这个世界的后花园

145	圣莫里茨：雪域麦加
150	瓜尔达：瑞士最美丽的小村庄
160	迈恩费尔德：原来比童话还美
168	阿彭策尔：田园牧歌



把旅行浪费在美好的酒店中



纳沙泰尔 Palafittle Hotel : 枕水而眠	179
克莱恩·蒙塔纳 Le Crans : 奢侈版小木屋	182
萨斯费 Ferienart : 最是温馨民族风	186
布里恩茨湖 Crandhotel Giessbach : 瀑布旁的隐秘花园	190
琉森湖 Vitznauerhof Vitalresort : 私家码头醉夕阳	194
皮拉图斯 Hotel Pilatus-kulm : 与女王有关的传奇	199
巴塞尔 Les Trlis Rois : 三帝王的奢侈范儿	205

记忆像铁轨一样长

213	记忆像铁轨一样长
224	驱向亘古不变的蓝
230	瑞士 15 日恬美静心之旅



圖書在版編目(CIP)數據

左右瑞士 / 風同學著. — 北京: 北京出版集團公司, 2012.1

附圖, 2012.1

ISBN 978-7-309-09014-1

I. ①左... II. ①風... III. ①旅遊指南—南京—東南

十位: 00000000000000000000

中國版本圖書館CIP數據核字(2011)第250482號

左右瑞士

左随风行

風同學 著

北京出版集團公司
北京出版社



YZL10890162968





坐望盈盈一水间



我现在就要动身，因为日日夜夜总听见，
那里的湖水轻轻拍打着湖岸；
每当我伫立在路旁，或在灰色的人行道上，
那声音总是在我的心灵深处震响。

—— 叶芝《茵梦湖》







纳沙泰尔：1000 岁的“黄油”小城

提起瑞士的湖，通常最先映入脑海的，总是莱蒙湖或琉森湖。事实上，位于瑞士西部的三湖地区，拥有更浩渺的湖面和更宁静的氛围，三湖是指纳沙泰尔湖、比尔湖和穆尔滕湖，因为没有那么多的游人，这里显得更加风轻云淡，而且，这里还是瑞士钟表和八音盒的故乡。无疑，这里是奢侈的，但是它不炫耀，不浮华，它是暗自华丽，奢侈得内敛而深沉。

说到瑞士最大的湖，通常人们最先想到的总是莱蒙湖，但莱蒙湖属于瑞士和法国两个国家所有。纳沙泰尔湖位于瑞士三湖地区，是全部处在瑞士境内的最大湖泊。湖畔小城纳沙泰尔，大仲马形容它是“用黄油雕出来的”。这里的旧街区依然保留着浓郁的中世纪风格，最引人注目的是老城的房子，外墙几乎全部都是黄褐色的石灰岩，这些石头就来自附近的山上。而屋顶则是红色的，尖尖地向上突起。碧蓝的湖水，黄色的外墙，红色的屋顶，这些明快的色彩在夏日灿烂的阳光下一点也不喧嚣，反而给人以柔和而宁静的感觉。

2011 年，老城迎来了自己 1000 岁的生日，这座古城，既有宠辱不惊的大气，又有清新朝气的活力，而让我印象最深刻的，是这个湖畔小城的艺术气质。步出火车站，先是一片蔚蓝的湖水扑面而来，走不远，会看到一座优雅的巴洛克风格建筑，外墙亦是老城独有的黄色石灰岩，这就是迪佩鲁公馆 (Hotel Du Peyrou)。这座公馆修建于 18 世纪，卢梭的朋友迪佩鲁曾经住在这里，现在则是一座充满法式古典主义风格的餐厅。纳沙泰尔离



①餐厅的服务生友好地向我展示为纪念老城1000周年所发行的纪念币。

②这只抢眼的花盆，其实是一只马桶。

法国咫尺之遥，这里的人们所讲的法语被认为是瑞士最纯正的法语。同样是法国风格，给人的感觉却不尽相同。纳沙泰尔的建筑，没有法国那样的奢靡与富贵逼人，即使身处这样一座优雅的餐厅，亦感觉不到南法的那种慵懒气息。大概是因为城市周围的高山与湖水让这些建筑散发出的是清新与质朴的气息吧。

漫步小城中，眼睛总有不够用的感觉，那些明黄子的老房子本已经十分亮丽，而上面雕刻的花纹与图案，更是美不胜收。当地人对于这些花边的装饰非常痴迷，街边随意一家面包店、餐厅，或书店，皆装饰有不同风格的花纹，让老城处处都显得很艺术。城中有上百座喷泉，每一座喷泉都独树一帜，上方的雕塑美轮美奂，其中最古老的喷泉叫做 Fontaine de la Justice，雕像手中拎着的秤，象征着公平与正义。最让我意想不到的，瑞士最古老的巧克力店，亦诞生在纳沙泰尔。之前我一直以为，苏黎世班霍夫大街阅兵广场上的斯普荣利 (Sprungli)，这家 1836 年创立的手工巧克力店，是最有年头的，而纳沙泰尔的 Wodey-Suchard，则早于 1825 年就已经开始营业了。

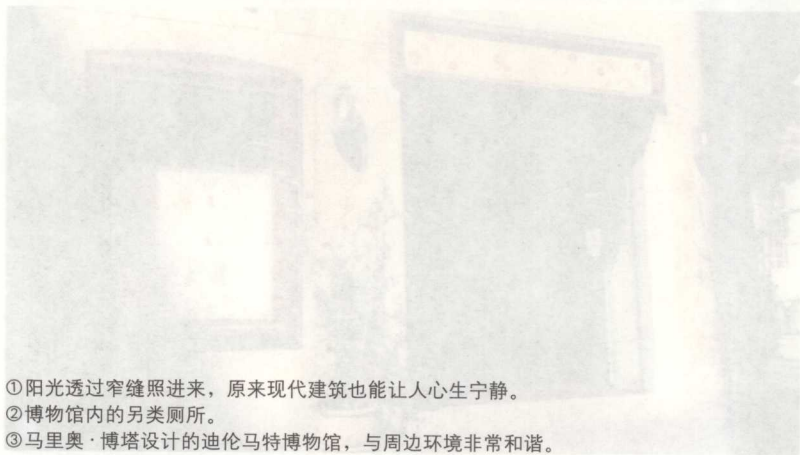
一个城市，总要有些出其不意，才会有惊喜。顺着湖边的山路往上走，你



- ① 瑞士最古老的巧克力店的招牌。
- ② 中世纪的老房子，处处都绘有美丽的图案。
- ③ 老城的中心广场，全部都是明黄色的老房子。
- ④ 城中一家古老的面包店，亦装饰有好看的花边图案。

会发现一座灰色的后现代风格的建筑，它似乎是从地面上生长出来的一样，悠然地望着脚下的纳沙泰尔湖。这座建筑是为纪念瑞士著名的剧作家兼画家弗里德里希·迪伦马特（Friedrich Dürrenmatt）而修建的，迪伦马特的作品表现荒诞、夸张，却都反映严肃的社会问题。他是一位具有艺术抱负和革新精神的艺术家，弃旧图新地探索自己独特的艺术道路，追求“多彩的戏剧”，倾向于具有喜剧色彩和社会讽刺色彩的追求。迪伦马特中心，处处都装饰着他本人荒诞而夸张的绘画，它们强烈地冲击着观者的眼球，让你在第一时间领悟到张扬的个人风格。

其实，更吸引我的，反而是博物馆的建筑本身。它由瑞士本土大名鼎鼎的设计师马里奥·博塔所设计。博塔对环境有极强的洞察力，因此他的建筑作品常常根据不同的环境条件而展现出不同的优势。几何线条、中心对称、自然光线，是马里奥·博塔惯用的三大建筑语汇。几何线条，构成鲜明的外轮廓和唯美的建筑风格，作品中频频出现的窄缝，被认为是源自水滴的几何学设计。中心对称，充分展示了恰似人体所拥有的中心对称式的设计。而博塔总是强调自然采光与内部空间的结合，他会巧妙地利用自然光影塑造空间，令建筑物的每一个角落都凝固成诗一般的景色，构成令人震撼的视觉感受。身处迪伦马特博物馆，看着室外明媚的光线从一条条窄缝中穿过，在那一刻，我全体会与领悟到了博塔的设计三要素，真正为现代的建筑美学所陶醉。



①阳光透过窄缝照进来，原来现代建筑也能让人心生宁静。

②博物馆内的另类厕所。

③马里奥·博塔设计的迪伦马特博物馆，与周边环境非常和谐。

