

lonely planet

罗马

12

资深专家的权威推荐
实地调研及全新信息
全彩设计和更多图片
好用的步行游览地图

中国地图出版社



罗马

“只要决定出发，最困难的部分就已结束。

那么，出发吧！”

托尼·惠勒 (Tony Wheeler), Lonely Planet联合创始人



本书作者

阿比盖尔·布拉西 (Abigail Blasi)

邓肯·加伍德 (Duncan Garwood)

罗马

中文第一版

书名原文: Rome (9th edition, Jan 2016)

© Lonely Planet 2016

本中文版由中国地图出版社出版

© 书中图片版权归图片持有者所有, 2016

版权所有。未经出版方许可, 不得擅自以任何方式, 如电子、机械、录制等手段复制, 在检索系统中储存或传播本书中的任何章节, 除非出于评论目的的简短摘录, 也不得擅自将本书用于商业目的。

图书在版编目 (CIP) 数据

罗马 / 澳大利亚 LonelyPlanet 公司编; 王玉婷等译.

-- 北京: 中国地图出版社, 2016.6

书名原文: Rome

ISBN 978-7-5031-9198-5

I. ①罗… II. ①澳… ②王… III. ①旅游指南—罗马 IV. ①K954.69

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 127514 号

出版发行	中国地图出版社
社 址	北京市白纸坊西街 3 号
邮政编码	100054
网 址	www.sinomaps.com
印 刷	北京华联印刷有限公司
经 销	新华书店
成品规格	197mm × 128mm
印 张	11.75
字 数	640 千字
版 次	2016 年 6 月第 1 版
印 次	2016 年 6 月北京第 1 次印刷
定 价	79.00 元
书 号	ISBN 978-7-5031-9198-5
审 图 号	GS (2016) 1097 号
图 字	01-2016-0314

如有印装质量问题, 请与我社发行部 (010-83543956) 联系

虽然本书作者、信息提供者以及出版者在写作和出版过程中全力保证本书质量, 但是作者、信息提供者以及出版者不能完全对本书内容之准确性、完整性做任何明示或暗示之声明或保证, 并只在法律规定范围内承担责任。

Lonely Planet 与其标志系 Lonely Planet 之商标, 已在美国专利商标局和其他国家进行登记。不允许如零售商、餐厅或酒店等商业机构使用 Lonely Planet 之名称或商标。如有发现, 急请告知: lonelyplanet.com/ip。

目录

计划你的行程

欢迎来罗马.....	4	如果你喜欢.....	20
罗马Top 10	6	每月热门	22
新线报.....	13	带孩子旅行.....	24
行前参考.....	14	当地生活.....	26
初次到访.....	16	省钱妙计	27
最佳行程.....	18		

就餐	28
饮品和夜生活	36
娱乐	40
购物	44

探索罗马

罗马古城	50	蒙蒂、埃斯奎利诺山和	
历史中心	71	圣洛伦佐.....	143
三岔路、特雷维和		特拉斯特维莱和	
奎里纳尔山.....	100	贾尼科洛山.....	162
梵蒂冈、博尔戈和		圣乔瓦尼和泰斯塔西奥.....	176
普拉蒂	123	博尔盖塞别墅和罗马北部..	187

罗马南部	200
罗马周边一日游	213
住宿.....	223

了解罗马

今日罗马.....	234	艺术	249
历史	236	建筑.....	262

罗马式生活	275
-------------	-----

生存指南

交通指南.....	280	语言	296
出行指南.....	287	索引	306

罗马地图

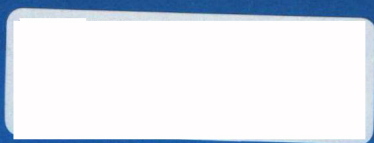


罗马

“只要决定出发，最困难的部分就已结束。

那么，出发吧！”

托尼·惠勒 (Tony Wheeler), Lonely Planet联合创始人



本书作者

阿比盖尔·布拉西 (Abigail Blasi)

邓肯·加伍德 (Duncan Garwood)

目录

计划你的行程

欢迎来罗马.....	4	如果你喜欢.....	20
罗马Top 10	6	每月热门	22
新线报.....	13	带孩子旅行.....	24
行前参考.....	14	当地生活.....	26
初次到访.....	16	省钱妙计	27
最佳行程.....	18		

就餐	28
饮品和夜生活	36
娱乐	40
购物	44

探索罗马

罗马古城	50	蒙蒂、埃斯奎利诺山和	
历史中心	71	圣洛伦佐.....	143
三岔路、特雷维和		特拉斯特维莱和	
奎里纳尔山.....	100	贾尼科洛山.....	162
梵蒂冈、博尔戈和		圣乔瓦尼和泰斯塔西奥.....	176
普拉蒂	123	博尔盖塞别墅和罗马北部..	187

罗马南部	200
罗马周边一日游	213
住宿.....	223

了解罗马

今日罗马.....	234	艺术	249
历史	236	建筑.....	262

罗马式生活	275
-------------	-----

生存指南

交通指南.....	280	语言	296
出行指南.....	287	索引	306

罗马地图



ANDREA WYNNER / GETTY IMAGES ©



IZET KERIBAN / GETTY IMAGES ©

左图: Via del Boschetto
(见158页), 蒙蒂最好的购物街之一

上图: 圣母大殿 (见146页)
的彩色玻璃窗

右图: 一家冰激凌店 (见33
页)



LISA KYLE YOUNG / GETTY IMAGES ©



欢迎来 罗马

目不暇接的美景、令人惊叹的艺术和充满活力的街头生活，意大利的永恒之城是世界上最美的首都之一。

历史遗产

三千年的城市发展，让罗马城充满令人振奋的奇观。在这令人心生敬畏的“世界之都”（caput mundi），不朽的古老建筑让人回想起它作为古罗马帝国中枢时的辉煌，而地下墓穴和神秘的教堂又将带你追溯到基督教早期。称霸在梵蒂冈天际线的圣彼得大教堂（St Peter's Basilica）既是全城最宏伟的天主教堂，也是文艺复兴时期的建筑杰作。此外，装饰华丽的广场和精致的教堂为城市的大街小巷增添了一份巴洛克式的蓬勃与繁盛。

艺术财富

很少有城市能与罗马的艺术遗产相媲美。纵观历史，罗马一直是跌宕的西方艺术史中永恒的主角，吸引了各时代的顶级艺术家，并启发他们不断突破创新。这座城市也因此充满了无价珍宝。古代的雕像令这里的世界级博物馆熠熠生辉，拜占庭的镶嵌画和文艺复兴时期的壁画装点着极富艺术性的教堂，巴洛克幕墙屹立在中世纪广场的两侧。漫步市中心，你将邂逅艺术巨匠的旷世杰作——米开朗琪罗（Michelangelo）的雕塑、卡拉瓦乔（Caravaggio）的油画、拉斐尔（Raphael）的壁画和贝尔尼尼（Bernini）的喷泉。

体验生活方式

在尽享艺术文化盛宴的同时，罗马之行也是一段沉浸在“甜蜜生活”（dolce vita）中的日子。你所需要做的就是放松地融入城市的节奏之中，在风景如画的街头虚度闲逛，去街边的咖啡馆消磨时光，坐在漂亮的广场上看往来的行人，这些都是体验罗马的不可缺少的经历。当白天的炙热消散成傍晚的凉爽，这里的节奏也逐渐加快，衣着时尚的人群涌进全城的酒吧和咖啡馆，喝起开胃酒。餐厅和食肆充满了兴奋快乐的喧闹声，人们漫无目的地闲逛，准备前往鸡尾酒酒吧和夜店。

罗马盛宴

下馆子，是在罗马旅行最大的乐趣之一，浪漫的露天餐区加上高档的食物保证你享受到美好时光。想要品尝优质美食和五星级美酒，这里有数不胜数的精致餐厅，但想体验真正的罗马菜肴，那就找一家喧闹的比萨餐厅（pizzeria）或欢乐的意式小馆（trattoria）吧。本地人在这方面尽情释放自己对美食的激情：香脆的比萨，家常却美味的意大利面，以及来自附近罗马城堡（Castelli Romani）山丘的清冽白葡萄酒。



我为什么喜欢罗马

本书作者 邓肯·加伍德 (Duncan Garwood)

我是一名行者，喜爱步行探索罗马，让自己迷失在历史中心阡陌交错的小路中，沉浸在像特拉斯特维莱 (Trastevere) 和蒙蒂 (Monti) 这样的街区中。我喜爱咖啡店中飘来的现磨咖啡的香气，喜爱在意大利小馆吃午餐、分享玻璃杯中的当地美酒。我欣赏当地人粗犷的幽默以及他们对事事皆有意见的态度。我还是个历史迷，虽在罗马居住了15年，但每当我看到古罗马斗兽场，或注视映衬在天际线上的圣彼得大教堂穹顶时，心中仍会悸动。

更多本书作者信息见358页。

罗马 Top 10

古罗马斗兽场 (见52页)

1 任何照片都无法为你初见斗兽场的震撼做好铺垫。这座矗立了两千年的雄健舞台是罗马权力的象征，是曾经令人悚然敬畏的罗马的最佳化身。刚刚经历过修复的斗兽场比任何时候都恢宏。爬上一层层陡峭的看台，想象这里曾坐满为鲜血欢呼的观众，不禁令人不寒而栗。

👁️ 罗马古城

博尔盖塞美术馆 (见189页)

2 米开朗琪罗和西斯廷教堂人尽皆知，但在罗马，和文艺复兴艺术同样精彩的还有巴洛克艺术，而博尔盖塞美术馆是欣赏巴洛克艺术的最佳地点。你需要提前预订，但是如果能够看到贝尼尼精彩的巴洛克雕塑，以及卡诺、卡拉瓦乔、拉斐尔和提香的作品，这点麻烦也算不上什么了。结束参观后，附近的博尔盖塞别墅的公园是慢慢消化这一场盛宴的完美地点。右图：贝尼尼的《普拉东抢劫珀尔塞福涅》。

👁️ 博尔盖塞别墅和罗马北部





万神殿 (见73页)

3 作为罗马保存最完好的古代建筑，万神殿绝对是一座宏伟的建筑。外表看来，圆柱门廊和厚重结实的墙壁都令人印象深刻，但只有步入其中，你才能真正感受这里的气魄。万神殿宏大无比，当你抬头仰望世界之最的穹顶，会感到自己是如此的渺小。穹顶正中的圆孔中射入的一束束光线照亮了镶嵌在大理石环壁中的皇家墓穴，更为这里增添了神秘色彩。

👁️ 历史中心

梵蒂冈博物馆 (见129页)

4 罗马拥有各种艺术瑰宝，但鲜有作品能够超越西斯廷教堂中米开朗琪罗绘制的壁画。色彩斑斓、形象各异的壁画是梵蒂冈博物馆的压轴好戏，这也是罗马最大、最受青睐的博物馆。在这个巨大的建筑之中，穿过一条又一条排满了精致雕像、绘画和挂毯的廊道，你将步入拉斐尔画室 (Raphael Rooms)，在这个由4间房间组成的套间里，装饰着拉斐尔绘制的绝美壁画。穿过画室便是西斯廷教堂。右图：地图画廊。

👁️ 梵蒂冈、博尔戈和普拉蒂





4



5

圣彼得大教堂 (见125页)

5 即便不是信徒, 你也会拜倒在圣彼得大教堂之下, 这是罗马最华丽壮观的教堂。从宏伟的广场到富丽堂皇的外墙, 再到令人难以置信的奢华内饰, 这里的一切都令人目瞪口呆。俯瞰着这一切的是米开朗琪罗亲手绘制的非凡穹顶, 这件打破传统的文艺复兴建筑杰作是罗马的地标景观之一。这座建筑令人顿生敬畏, 即便是在罗马这座教堂之城, 圣彼得大教堂仍可视作个中翘楚。

📍 梵蒂冈、博尔戈和普拉蒂

阿匹亚古道 (见202页)

6 这是罗马最著名的古道，也是全城最具人气的目的地。美丽的阿匹亚古道最适合在晴朗的早上拜访，穿过堆砌着古老遗迹的葱郁田野，这里充满了意式田园乡村之美。但掩盖在田园风光之后的是古道沾满血污的过去：正是在这里，斯巴达克斯和他的6000名奴隶将士被钉死在十字架上；也正是在这里，早期基督徒在地下墓穴中埋葬亡者。

👁️ 罗马南部

卡比托利欧博物馆

(见61页)

7 在古代，卡比托利欧(卡比托利欧山)坐落着罗马最重要的两座寺院。而今天，吸引人们来到这里的，是攀爬到山顶看到的风景和参观卡比托利欧广场上的卡比托利欧博物馆。这座世界上最古老的公共博物馆收藏了一些经典的雕像艺术杰作，包括早期伊特鲁里亚(Etruscan)艺术的象征——著名的坎皮多里诺母狼像(Capitoline Wolf)。博物馆还藏有一些精美的油画作品。记得带相机，庭院入口前散落的砖石结构值得拍摄。右图：君士坦丁的雕像。

👁️ 罗马古城

特拉斯特维莱的夜晚

(见167页)

8 美食美酒是在罗马最大的乐趣之一，尤其是在夏天，天气温暖，可以坐在露天餐位上，在夜幕刚刚降临时，看热闹的街道上熙熙攘攘的行人。没有其他地方能比景色秀丽的特拉斯特维莱周边更适合享受仲夏之夜了。从历史中心穿过河流来到这里，这里有中世纪的小路、隐藏其间的露天广场和色彩柔和的宫殿，还有上百家酒吧、咖啡馆和意式小馆迎接专程赶来这里过夜生活的罗马人和流连忘返的游客。

✂️ 特拉斯特维莱和贾尼科洛山





特雷维喷泉 (见104页)

9 在罗马最大最著名的喷泉前驻足停留，是来罗马旅行必经的传统仪式。每天，这里都挤满了人，他们向喷泉的水池中投掷硬币，祈祷有一天会再次回到这座永恒之城。喷泉由尼古拉·萨尔维 (Nicola Salvi) 于18世纪设计建造，采用了华丽繁复的洛可可风格，描绘着野马、神话人物，以及流过石阶的瀑布。经过一段时间的修复后，2015年喷泉再度开放，看上去格外华丽。夜幕降临后，灯光下的特雷维喷泉格外令人迷醉。

👁️ **三岔路、特雷维和奎里纳尔山**



10



古罗马广场和帕拉蒂尼山 (见57页)

10 漫步在破败不堪的古罗马广场遗迹，仿佛踏入像尤利乌斯·恺撒 (Julius Caesar) 和庞培 (Pompey) 这样的古罗马伟人的世界。无论这些遗迹多么破旧，站立在它们中间仍然有屹立在罗马帝国中心的激荡之感。历史的画卷在其附近的帕拉蒂尼山 (Palatine) 上展开。坐落在葱郁草地上的这片遗址，就是罗慕路斯 (Romulus) 打败了雷穆斯 (Remus)，并在公元前753年建立了罗马城的地方。也正是在这里，古罗马君王过着极度奢靡的生活。

👁️ **罗马古城**

新线报

街头文化

最近几年，街头艺术涌上墙面，街头美食也受到了老饕的追捧。想要了解街头艺术，去时髦的奥斯提亚区(Ostiense district)的Via del Porto Fluviale(见209页)看看丰富多彩的彩绘墙。而历史中心的Supplizio(见89页)或特拉斯特维莱的Pianostrada Laboratorio di Cucina(见170页)则可以品尝到人气美食。

金宫

罗马最不为人知的宝藏之一，罗马皇帝尼禄(Nero)的金宫(Domus Aurea)建筑群再度开放，周末提供导览游。(见147页)

Co.So

在Co.So加入嬉皮士、调酒师和艺术爱好者之中，这里是全罗马最新的鸡尾酒吧，位于充满波希米亚风情的皮内托(Pigneto)区。(见154页)

Venchi

Venchi的到来让罗马成为了巧克力迷的天堂。Venchi有两家分店，一家位于历史中心，另一间位于西班牙广场(Piazza di Spagna)附近。(见85页)

Enoteca La Torre

在Viterbo积累了多年的成功经验后，大厨达尼洛·恰瓦蒂诺(Danilo Ciavattino)将自己的美食餐厅Enoteca La Torre带到了Villa Laetitia的浪漫河畔。(见140页)

Casa Fabbrini

足以录入杂志的室内设计和位于罗马高

档购物区的绝佳地理位置，Casa Fabbrini民宿绝对是罗马一景。(见228页)

奇尼奇塔电影棚

转一转奇尼奇塔电影棚(Cinecittà Film Studios)，看一看《宾虚》《埃及艳后》《甜蜜的生活》的拍摄场景。(见211页)

Pasticceria De Bellis

在位于历史中心的Pasticceria De Bellis，糕点成了一种艺术。这家糕点设计店销售各种可以食用的微缩版大师杰作。(见89页)

Temakinho

巴西人经营的日本餐厅Temakinho供应寿司、清酒和鸡尾酒。(见152页)

Margutta Glamour Studios

在装饰得极具艺术气息的Margutta Glamour Studios住下吧，它就位于罗马最迷人的街道上。(见228页)

La Ciambella

这家闲适的食肆提供各类餐点，从早餐到比萨再到鸡尾酒。La Ciambella位于万神殿附近，俯瞰着一处古代浴场。(见86页)

Spot

在蒙蒂的这家迷人小店中，精致的中世纪家具、玻璃器皿和老物件是主角。(见158页)

欲了解更多推荐信息和评价详情，请登录lonelyplanet.com/rome查询。

