

玩转地球

瑞士

行家带路自由行

Switzerland

轻松悠哉的世界公园

陈多明 著

中国旅游出版社

瑞士 • 轻松悠哉的世界公园

责任编辑：高 瑞 夏心蕾

责任印制：闫立中

中国版本图书馆 (CIP) 数据

瑞士, 轻松悠哉的世界公园 / 陈多明编著. — 北京:
中国旅游出版社, 2005.1

ISBN 7-5032-2475-4

I. 瑞... II. 陈... III. 游记—瑞士
IV. K952.29

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 116909 号

(北京市版权局著作权合同登记号 图字 01-2005-0480)

书 名：瑞士, 轻松悠哉的世界公园

编 者：陈多明

摄 影：陈多明、朱月华、杨智仁、苏俊亿

出版发行：中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005)

<http://www.cttp.net.cn>

E-mail: cttp@cmta.gov.cn

印 刷：北京顺诚彩色印刷有限公司

制 版：北京锦绣圣艺文化发展有限公司

版 次：2005 年 1 月第 1 版

2005 年 1 月第 1 次印刷

开 本：889 毫米 × 1194 毫米 1/24

印 张：9

印 数：1-8000 册

定 价：36.00 元

版权所有 翻印必究

本书由台湾宏硕文化事业股份有限公司授权出版

瑞士

Switzerland

陈多明·著

轻松悠哉的世界公园

——行家带路自由行



中国旅游出版社

推荐序

Recommend

行家推荐

瑞士，位于欧洲中心点，有欧洲花园之美誉。因其地理位置距亚洲甚远，故给人们的印象也多了一股神秘感。所以当获邀为此书写序时，感到既荣幸又好奇，不知书中会以何种姿态来呈现瑞士？

待看到美丽的封面，以及书中许多漂亮的图片时，我已然在不知不觉中被书中的瑞士吸引了，之后再慢慢细读书里的文字，惊讶地发现它和其他的瑞士书籍不太相同，除了提供相当的旅游资讯外，更拉进读者和瑞士间的距离感。透过作者的角度看瑞士，挺生活化也挺有感觉的。希望借由这本旅游书籍，带领各位来亲身体验这一美丽的国家。

市面上关于瑞士的书籍，多以工具指南书为主，这类书籍除了阅读起来较为生硬之外，其平铺直陈的撰写方式，也少了人文与感性的面貌。

好不容易有了本书《瑞士·轻松悠哉的世界公园》——作者以自身的观察与角度加上瑞士当地人的看法与推荐，以更贴近、更感性或说更有趣味性的方式，带出瑞士的人文、风情以及生活小品。

难能可贵的是，书中不仅有深入游玩瑞士的方式，更有发生在这片土地上的各种小故事；无论是曾造访过瑞士，或是计划前往瑞士的读者，甚至是对陌生国度怀抱兴趣的读者，都不应该错过。

杨振雄

Recommend

去过瑞士的人，大抵都忘不了瑞士湖光山色的美景，坊间介绍瑞士的旅游书更是多得不可胜数。但是瑞士美则美矣，却总觉得像是隔着橱窗玻璃，美得不真切。

作者以从事文字工作多年的经验、洗练的文笔，将隔着层玻璃似的瑞士之美，拉近到眼前来——

吃的、喝的、玩的、逛的、买的相关介绍一应俱全，

历史的、地理的、气候的、政治的、文化的介绍深入浅出，

交通、住宿、旅游局、相关网站、生活实用资讯等都详细介绍，

可爱的圣伯纳犬、令人难忘的小天使（海蒂之家）、民族英雄威廉泰尔的故事，和以他命名的景观列车 在作者的笔下，瑞士的一切变得鲜活且令人向往不已。

陶長菱

一本好的旅游书，除了介绍给读者当地有何好玩有趣的地方之外，更重要的是，它必须含有作者自身对该地的观察。

在这本《瑞士 轻松悠哉的世界公园》一书中，作者以自己在瑞士大城小镇的观察写下“城市印象”部分，并以当地人的推荐与介绍为所有读者带路，不仅能在实际旅游瑞士时提供旅人深入而地道的帮助，还给了读者无穷的行游乐趣。此外，阅读本书，还能随着景观火车进入瑞士山城，从字里行间去重新认识瑞士 合卷后发现，瑞士在湖光山色的静态美之外，竟还有这么多文化与生活层面上的有趣故事，这是市面上其他相关瑞士的旅游书籍所无法比拟的，也正是它值得推荐的一大主因。

姚 舜

推荐序

Story

上帝忘了配音的故事

计划老年旅游的首选国度——瑞士。
好山好水名列前茅的国度——瑞士。
联想到瑞士时会有的形容词——
沉静纯净得宛若一幅无瑕风景画。
联想起瑞士时脑中最常浮现的画面——
湖光山色，山峰沉宕、湖水无纹。

这是我自己旅行前对瑞士这个国家的感想，
觉得瑞士像幅无言的风景画作，
因为不出声，所以少了引人入胜的致命吸引力。

去年夏季单纯因为瑞士有朋友可靠的关系，
选择到瑞士进行火车之旅。
整趟旅程下来，发现，
窗框外的瑞士的确一如想象中的美丽如画，
只是，上帝在作画时忘了配音，
也忘了无法把山间水里生动有趣的故事给绘入画中，
于是，这些发生在画中的鲜活故事，就由故事里的人物来说给你听！

因此，这不是一本告诉你某教堂建于某年，
某博物馆于几点开门关门的指南书。
乘着旅游瑞士最便捷的火车，随着观景列车的铁道，
瑞士人在这本书里要告诉你的是，山水景点画里的故事，
期望丰富画里的色彩、生动画里的线条。





Contents

目录

瑞士·轻松悠哉的世界公园

2

[推荐序] 行家推荐

上帝忘了配音的故事

Part1 漫游瑞士6大印象

10

[印象1] 寻找圣伯纳犬

12

[印象2] 拜访小莲的故乡

14

[印象3] 在梦娇蕾湖畔入眠

16

[印象4] 天天洗澡的乳牛

18

[印象5] 沉醉阿尔卑斯山

20

[印象6] 收藏每一扇窗外的美景

Part2 行家带路 玩遍瑞士

24

瑞士导游 Profile

Part3. 认识瑞士的起点——苏黎世

31

[城市印象] 寻找出轨的火花

35

[导游带路] 夜色，让无聊变有趣

37

在旧城，在购物，在泡酒馆

53

赏莱茵河、逛古城、泡温泉小镇

60

苏黎世节庆嘉年华

Part4 搭着火车玩遍瑞士

64

贯穿瑞士大小风景，火车之旅准备开跑

66

火车之旅1 从典雅湖光驶入热情阳光

威廉泰尔景观列车 William Tell Express

71

[城市印象] 琉森

77

[导游带路] 全瑞士最浪漫的首选之都

79

魅力，在漫步的足迹间

87

拜访伯恩，登上山之颠

104

琉森·伯恩节庆嘉年华

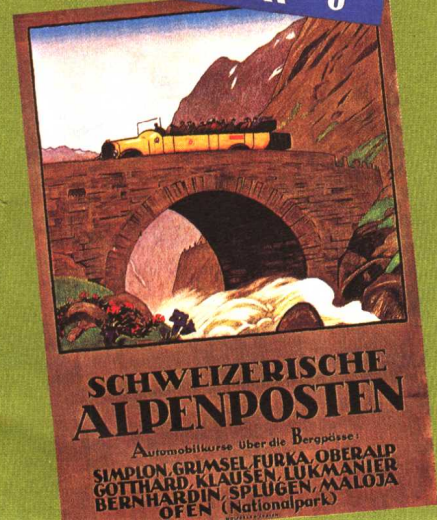
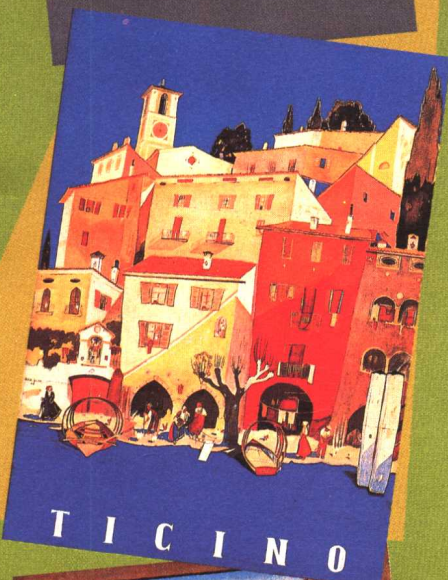
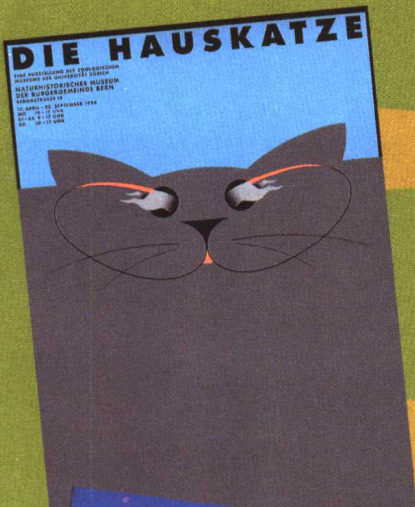
106

火车之旅2 从意大利风情到壮丽冰原的视觉饕宴

伯尼纳列车 Bernina Express

111

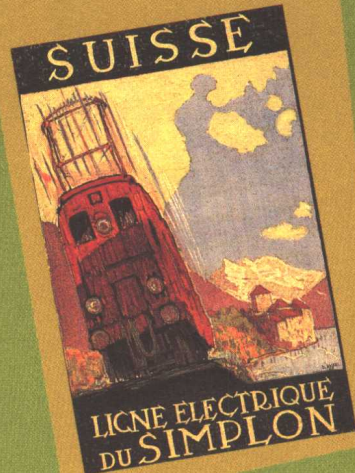
[城市印象] 卢加诺



- 113 [导游带路] 备受阳光眷顾的小客厅
- 117 地中海式的卢加诺
- 123 梦娇蕾湖畔的多种滋味
- 128 提契诺州节庆嘉年华
- 130 **火车之旅 3 连绵 270 公里的阿尔卑斯山绝色**
- 冰河列车 Glacier Express
- 135 [城市印象] 圣莫里兹
- 139 [导游带路] 站在世界顶端的自信
- 141 圣莫里兹的秘密花园
- 152 圣莫里兹节庆嘉年华
- 155 [城市印象] 策马特
- 159 [导游带路] 幸福愚笨的一群人
- 161 体验策马特非做不可的 3 件大事
- 170 策马特节庆嘉年华
- 172 **火车之旅 4 从琉森湖穿越阿尔卑斯山到蕾梦湖**
- 黄金列车 Golden Pass
- 177 [城市印象] 茵特拉肯
- 179 [导游带路] 少女峰
- 184 希尔特峰
- 189 [城市印象] 蒙投
- 191 [导游带路] 法语区中最惹人喜爱的城市
- 193 夏日湖畔·爵士音符
- 197 法语区在水一方最是美丽
- 202 蒙投节庆嘉年华

Part5 瑞士完全游赏资讯

- 206 [导游推荐菜单·餐厅] 让味觉也体验瑞士的味道
- 208 [行家资讯] 一切靠自己的百分百自助游
- 213 跟团者的必读资讯



● 导读

本书是第一本以瑞士当地人为导游，并结合作者的亲身体验所完成的精彩旅游书。内中以瑞士最具特色的“四大景观列车”——威廉泰尔景观列车、伯尼纳列车、冰河列车、黄金列车切入，带领读者认识瑞士，体验瑞士，同时为方便读者使用，故以色块区别之。

● 图像代表讯息：



琉森

卢加诺

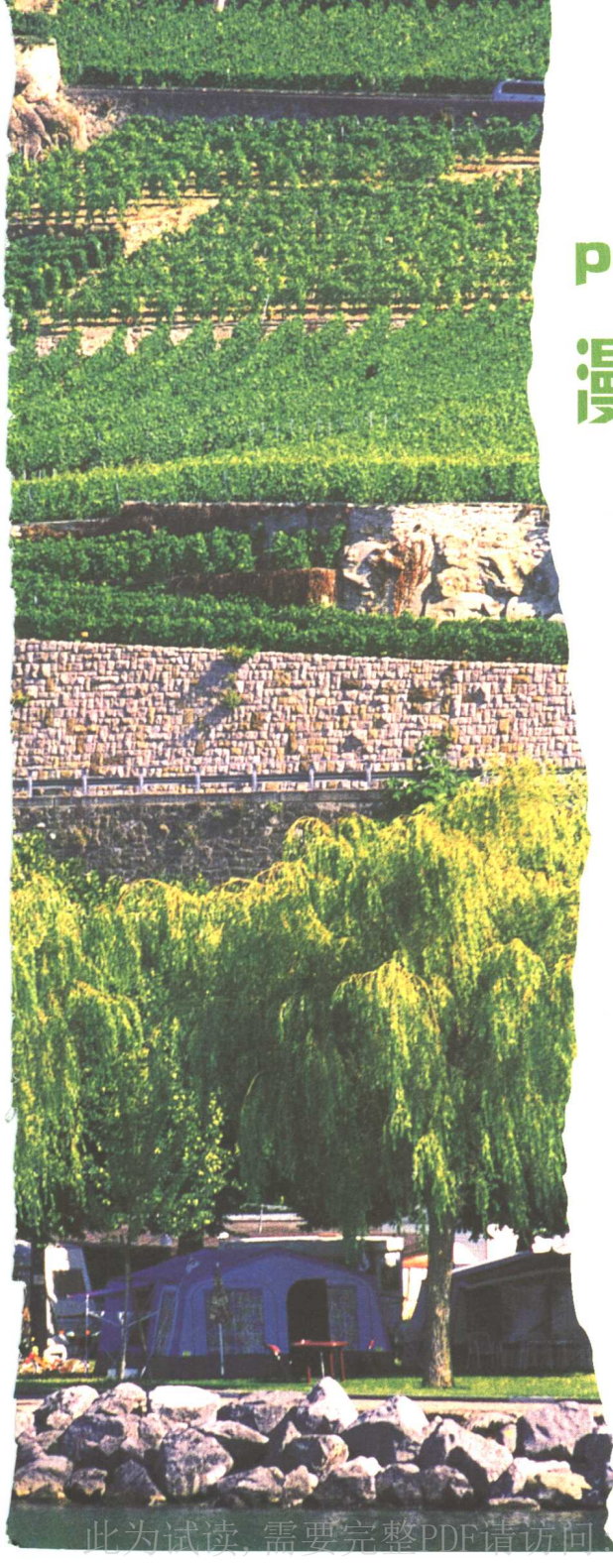
列车之起止站

*说明：以不同的颜色来区分两条不同的列车，而位于前方的城市为此列车的起点，列于后方的城市则为终点。

● 地图代表图像

- 威廉泰尔景观列车
- 伯尼纳列车
- 冰河列车
- 黄金列车





part 1

漫游瑞士6大印象

ST. Bernard

寻找圣伯纳犬

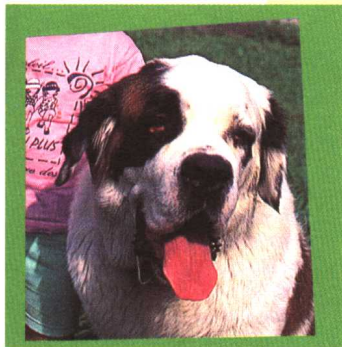
瑞士的国犬

知道电影《家有贝多芬》的人，一定都对影片中那只无时无刻不在流口水的大狗狗印象深刻，那只狗，或说那种狗，就叫做圣伯纳犬 (ST. Bernard)。

可爱的圣伯纳犬耐寒怕热，瑞士境内超过海拔 2500 米左右的阿尔卑斯山是它们最早的故乡。当我初抵瑞士时，还天真的以为，只要进入阿尔卑斯山区，就可亲眼见到卡通影片《小天使》里，圣伯纳犬在绿草花丛间奔跑的动人画面，然而，事实上当然完全不是那么一回事。

最容易看见圣伯纳犬踪影的地方，是各地商店里所摆放的风景明信片。在户外实际旅行时，若想要看到圣伯纳犬，不仅得靠运气，还得脸皮厚一点儿的挨家挨户地问。友人说，由于圣伯纳犬具有在雪地里找人、救人的独家本事，因此在瑞士的地位颇高。从前山区里的农家大多会养条圣伯纳犬，来帮忙赶牛顾家，然而圣伯纳犬的食量太大，越来越多的瑞士农人们开始改养一样会顾家赶牛的农夫狗 (Farmer's Dog)，况且圣伯纳犬救人的超高技术，在科技发达的瑞士已越来越派不上用场了。

现在养有圣伯纳犬的瑞士人家，多半都是纯粹的圣伯纳迷，不见得住在山区，更不见得是农人。我们在瑞士上网找资料，发现了一个“圣伯纳犬俱乐部”





(Bernhardiner Club, Bernhardiner 为德语的圣伯纳犬之意)。俱乐部的会员,少说都养一只圣伯纳犬,而俱乐部的头头则一共养有 10 只圣伯纳犬。你可以依着网页里的资料,开始找寻旅途中养有圣伯纳犬的人家,或先以电话询问,或直接登门拜访,当然你也可以边游览边

询问,附近是否有养圣伯纳犬的人家?只要找着了,相信狗主人一定会像献宝似的让你好好把圣伯纳犬给看个够。

若你也像我一样,会为了来到瑞士,却没能让圣伯纳犬热情地留下满身口水而感到遗憾,就请进入圣伯纳俱乐部搜一番吧!



旅人笔记

● 圣伯纳俱乐部网址

<http://www.bernhardiner-club.ch/> 这个网站有非常多关于圣伯纳犬的资料与活动,在首页点选时,还会发出圣伯纳犬的叫声,非常非常的可爱。此外,网站中还有所有养有圣伯纳犬的会员资料(居住地、电话、e-mail 等),想造访圣伯纳犬的旅人可以上网查询联络。

● 圣伯纳犬纪念品

印有圣伯纳犬的明信片在瑞士境内随处可寻,各种大小的圣伯纳玩具毛犬也是满街商店都有的卖。建议你买 Made in Switzerland 的毛犬,它们的表情最逼真。另外,没有必要在纪念品店买,价格高,品质却不见得好多少。一般大型超级市场里的玩具毛犬既便宜又美丽,我家床头的那两只就是最好的证明。

印象 2

Heidi's Village

拜访小莲的故乡

瑞士的小天使



对看卡通影片长大的孩子来说，脑中
最经典的瑞士画面，绝对少不了《小天使》
里小莲的故乡。阿尔卑斯山的美景在小莲
与爷爷的互动中，显得格外温馨动人。《小
天使》的故事蓝本，其实源自于瑞士作家
Johanna Spyri 笔下名为《Heidi》的一本
书，Heidi 走红全球，相对也带动了世人的
Heidi 热。

严格来说，瑞士人一般认为小莲与爷
爷居住的地方，可以是任何一个瑞士境内
的阿尔卑斯山区，不过，由于作者当初曾
前往 Maienfeld 写作，并想象 Heidi 应当
生长在这样的地方。于是，原本只是一个
小小山镇的地方，开始惹上了 Heidi 的瘾，
称自己为 Heidi's Village，并建了一栋
Heidi's House，镇上的商家更是争先恐后
地販售起印有 Heidi 图样的纪念品。

怀抱着想走进卡通影片般画面的心
情，来到 Heidi's Village，结果竟是失望
透顶。原来这儿和其他瑞士的山镇、山城



实在没有多大差别。Heidi's House一如传统的瑞士阿尔卑斯山木屋，室内摆了几个孩童嬉玩与老爷爷的模型，让人可以揣想小莲与爷爷生活景致，虽然门票钱只需5瑞士法郎，我还是有些微微的唏嘘。

同时，也体会了友人口中“任何一个瑞士境内的阿尔卑斯山区，都可以是小莲的故乡”的说法。当然，这个地方的美还是不容置喙的，从Heidi's Village望向远方的群山景致有种开阔的美感，令人倍觉心胸宽广；而且劝你千万别一窝蜂似的和游客一样，抢盖那到此一游的纪念印章，来破坏周边美丽的氛围。



旅人笔记

● 造访Heidi's Village

如果不自行开车，造访此处最便利的方式就是在苏黎世(Zürich)市内的游客中心报名7.5小时的Heidi Tour游程，价格为67瑞士法郎，查询网站：www.zurichtourism.ch。

● 相关网站

这个Heidi's Village我个人并不推荐，但若仍想亲自造访，建议可以先上网瞧，
<http://www.Heidi-swiss.ch/>

Lake Maggiore

在梦娇蕾湖畔入眠

瑞士的湖泊

大家都爱用“湖光山色”来形容瑞士。就连最典型的瑞士风景明信片，也是一座座皑皑白雪覆顶的高山加上一个清澈的湖泊，而且通常为了完美显示瑞士的纯净之美，湖面还一定得清楚地反射出高山的倒影才行。

待来到瑞士，才发现这样的画面不但不是做假，还很真实。瑞士境内无论哪一个区，几乎都坐拥湖光山色的美景。阿尔卑斯



山壮丽且雄美，而一个个大小不一的湖泊，则仿佛为这片群峰加注了温柔的线条。

瑞士境内约有90余个天然或人工的湖泊，在乘火车探访城市的路上，几乎都有湖为伴，而且这些湖泊都各自有它们不同的韵味与玩法，值得你细细品味。

瑞士位居欧洲内陆，完全不临海的地理位置使得瑞士人极为向往海洋，而湖泊的存在，就像给了瑞士人一个小小的补偿空间。瑞士人的湖畔生活丰富而多样：城市里的湖泊，多是爱侣约会谈心，旅人乘船游湖享用晚餐的最佳场景，而在度假胜地的湖滨则提供有多样的水上活动，让瑞士人能尽情贪图亲水的快乐。

我自己最喜欢的瑞士湖畔生活，则是在紧邻梦娇蕾(Lake Maggiore)湖边的营地里搭起一个小小的帐篷，听着湖水的声音入眠。晨起，调皮的鸭群们等在营帐外好奇地想看看访客的面貌，湖水渐渐反射出阳光的金黄色泽，然后，营区里恢复了生气，咖啡香、谈话声、孩子们的嬉戏声在湖边层层萦绕，静了一夜的湖，又开始有了它应有的调调。



旅人笔记

● 最爱之湖

位于南部意大利语区阿斯科纳(Ascona)的梦娇蕾湖(Lake Maggiore)，是我最爱的一个。在瑞士旅行的途中，曾多次前往湖边扎营，在湖边悠闲地乱晃、体验瑞士人的湖边生活。营区名为Lago Maggiore，里面的洗浴设施相当完善而清洁，有热水可以洗澡，也有自助洗衣机，另外，还有简单的烤肉架可以野餐，真诚推荐大家前往一试。Lago Maggiore 营区电话：41-(0)91-745-184，传真：41-(0)91-745-4318，一个营地索价16瑞士法郎，每个人头则需再付8瑞士法郎。

● 相关网站

对露营有兴趣的朋友，这里有一个相关网站<http://www.camping.ch>，里面介绍瑞士各地的营区、丰富的露营周边产品、营地烹调与营地求生术等多种实用资讯。