



在**22**个
法国、瑞士小镇
★
感受心灵的
自由呼吸

【韩】赵光烈 著 陆虹全 译

最美最美的
Europe Small Towns
欧洲小镇

品味**法国小镇**的古堡风貌
感悟**瑞士小镇**的自然纯净
聆听悠然诉说的**幸福秘方**



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

【韩】赵光烈 著 陆虹全 译

最美最美的
Europe Small Towns
欧洲小镇



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

유럽, 작은 마을 여행기 by 조광열

Copyright © 2011 by Chokuangyal

All rights reserved.

Simplified Chinese translation edition © 2015 by China Machine Press

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with

Halas Publishing through Youbook Agency, CHINA.

本作品中文简体版权经由玉流文化版权代理独家授权。

北京市版权局著作权合同登记图字：01-2013-7610 号

图书在版编目 (CIP) 数据

最美最美的欧洲小镇 / (韩) 赵光烈著; 陆虹全译. —北京: 机械工业出版社, 2014.12

(行者天下)

ISBN 978-7-111-48899-6

I. ①最… II. ①赵… ②陆… III. ①旅游指南—欧洲 IV. ① K950.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 293332 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑: 谢欣新 责任编辑: 孟 幻

责任校对: 丁丽丽 责任印制: 乔 宇

北京汇林印务有限公司印刷

2015 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

148mm×210mm • 8 印张 • 203 千字

标准书号: ISBN 978-7-111-48899-6

定价: 35.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

电话服务

服务咨询热线: (010) 88361066

读者购书热线: (010) 68326294

(010) 88379203

封面防伪标均为盗版

网络服务

机工官网: www.cmpbook.com

机工官博: weibo.com/cmp1952

教育服务网: www.cmpedu.com

金书网: www.golden-book.com

褪下心灵盔甲的 古朴欧洲小镇

人们通常会称呼我为“NOMU族”，No More Uncle! 这个词并不是指那些暮气沉沉的大叔们，而是那些懂得追求自由的思考与生活、保持年轻心态的40~50岁的中年人。每当听到这个称呼的时候，我都会感到自己年轻了一岁，内心就十分愉悦。

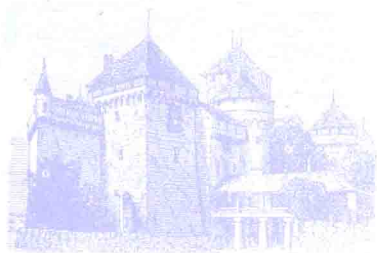
我的生活之所以会充满着活力，答案永远只有一个，那就是“旅行”。摆脱枯燥繁重的医院诊疗工作，为干涸的灵魂之泉注入新鲜水源的，正是旅行。



总而言之，所谓旅行，就是为了追求心灵上的幸福而努力大口地呼吸。每一天沉浸在策划旅程之中，在踏上旅途之前，展开无限的想象。

其实，我并不推崇说走就走的旅行。因为这种旅行会使旅途中的乐趣大打折扣。就我个人而言，至少要提前5~6个月，了解目的地的一切，筹备飞机行程、住宿以及预约租车等，尽量达成最完善的行前准备。

如此一番细致全面的筹备过后，乘坐飞机环游世界各地时，其中的感动与喜悦将会倍增。这样就可以避免在陌生城市中频繁的迷路，节省下来的时间可以全方位地感受那座城市。如果一定要为大家的旅行提出建议的话，那么，我一定会向大家推荐这个办法。



继第一本旅行随笔《安放心灵的里维埃拉——海洋中的阿尔卑斯》之后，时隔两年又写了第二本书。在这本书中，简单轻松的文字记叙了如何在旅程中寻找那些隐藏在欧洲的法国与瑞士角落里的小镇。法国小镇洋溢着浓浓的中世纪古城堡风貌，就连著名的画家也在这里停下脚步，潜心创作；高耸的阿尔卑斯山脉与静谧的湖水营造出隐藏在瑞士湖畔的城市，使在生活中倍感疲倦的心灵重新获得悸动的活力。

在与家人一起去过的小镇中，可以感受到那种繁华大都市所没有的神之气。在不施粉黛的纯粹自然环境中，一边与神灵对话，一边悠闲散步。眺望着花朵上玲珑剔透的晨露与水雾弥漫的湖水，仿佛化身为伊甸之东的亚当夏娃，令人感慨万千。

租上一辆车，行走散落于欧洲各地的小镇。一瞬间感觉自己的心灵都变得如此干净与纯粹，旅行过程满满都是幸福。敞开紧闭的心灵之窗，全身心

地感受陌生之地带给自己的幸福。除非亲身体会，否则是不可能了解的。

希望这本书可以令您反复回味，体会朴素欧洲小镇之旅带来的奇妙旅程。在艰辛困苦的人生之路上，为您提供短暂的休憩地。

目 录

序 04

行走在

法国的

小镇

棕土谷中的小镇鲁西永 5

阁楼中收拾行囊 / 愿身上每一个细胞都记住的鲁西永美食

恋上法式长棍面包的素朴味道 / 神秘莫测的棕土自然公园 / 鲁西永的月夜



话剧与庆典之城阿维尼翁 15

阿维尼翁流域的昨日重现 / 圣母大教堂 / 岩石公园

雍荣华丽的阿维尼翁断桥 / 散发空旷之感的元老院 / 阿维尼翁庆典

法国最后的顽强抵抗运动戈尔德 27

品味普罗旺斯的真谛 / 出乎意料的夜间客人 / 戈尔德的古城

巴斯蒂德四星级酒店 / 银灰色的博里小镇

塞尚迷恋的水城艾克斯 39

喷水池之路米拉波 / 古色古香的艾克斯老城 / 17世纪城镇马泽林区

记录晚年时光的塞尚画室

凡·高描绘的城市圣雷米 49

凡·高画中的林荫道 / 普罗旺斯传统餐厅 / 圣·保罗修道院

用痛苦点缀生命的凡·高 / 罗马之城格拉嫩

隐藏在法国南部的明珠莱博 61

中世纪要塞之都 / 蕴藏博街全盛时期的城池

凡·高热爱的城市阿尔勒 71

凡·高的艺术之魂在燃烧 / 迷宫般的阿尔勒街区

神恩赐的三角洲卡马格 77

蚊子的欢迎仪式 / 卡马格的海边 / 崇敬圣母玛利亚的吉卜赛庆典
卡马格的蛤贝料理 / 野生动物园与骑马之旅 / 瓦卡列盐湖
自然保护区

美丽的港口城市马赛 91

与天际相接的老港口 / 贾尔德圣母院
基督山伯爵的伊夫岛 / 马赛名品——马赛鱼汤

永恒不变的中世纪古城卡卡颂 101

魅力无限的中世纪古城 / 兴奋中邂逅卡卡颂 / 品味中世纪的美味——豆焖肉
卡卡颂的钟声 / 清洁派展览

罗马帝国伟大的遗产加尔桥 113

感叹于加尔桥的伟岸气势 / 为水城搭建的桥梁

行走在

Switzerland

瑞士的

小镇



洗净灵魂的湖边小镇**韦吉斯** 123

感受韦吉斯的闲适 / 山丘上的小旅店

别致的游瑞吉山计划 / 优雅的晚餐 / 什锦奶酪的新世界

瑞士最潇洒的城市**卢塞恩** 133

卡贝尔桥与狮子像 / 卢塞恩清晨的空气 / 琳琅满目的旧城区

国际电影节之城**洛迦诺** 143

行走于洛迦诺市区 / 格朗广场 / 萨索圣教堂

马焦雷湖中的酒店

新世纪音乐的元祖**阿斯科纳** 155

犹如明信片中的风景 / 阿斯科纳的幽静小道 / 真理山的自由精神

瑞士之旅的终结者**卢加诺** 165

求实派驴友寻觅的地方 / 欧洲的里约热内卢 / 天使的圣玛利亚教堂
最繁华的那萨精品街 / 圣洛伦佐大教堂 / 改革广场的一杯咖啡

时间静止的湖边小镇**甘德里亚** 173

通往甘德里亚的路 / 探索湖边小镇 / 梦幻般的林荫道
赫尔曼·黑塞纪念馆

梦幻之岛**美丽岛** 183

邂逅意大利湖心小岛 / 美丽的湖边小镇——茵特拉
惊险刺激的审问 / 逛遍美丽岛

马里奥·博塔的**莫格诺** 195

寻找瑞士边缘的小镇 / 险峻山谷中的高难度驾驶
幽静小镇——莫格诺 / 神圣的建筑艺术 / 心中永恒的教堂

拥有三座古城的**贝林佐纳** 205

中世纪古城依然呼吸的地方 / 格朗德城堡
穆拉托城墙 / 白塔与黑塔 / 异国庆典

与山融为一体 **韦尔扎斯卡** 215

韦尔扎斯卡溪谷 / 浪漫的罗曼桥 / 石屋内的晚餐

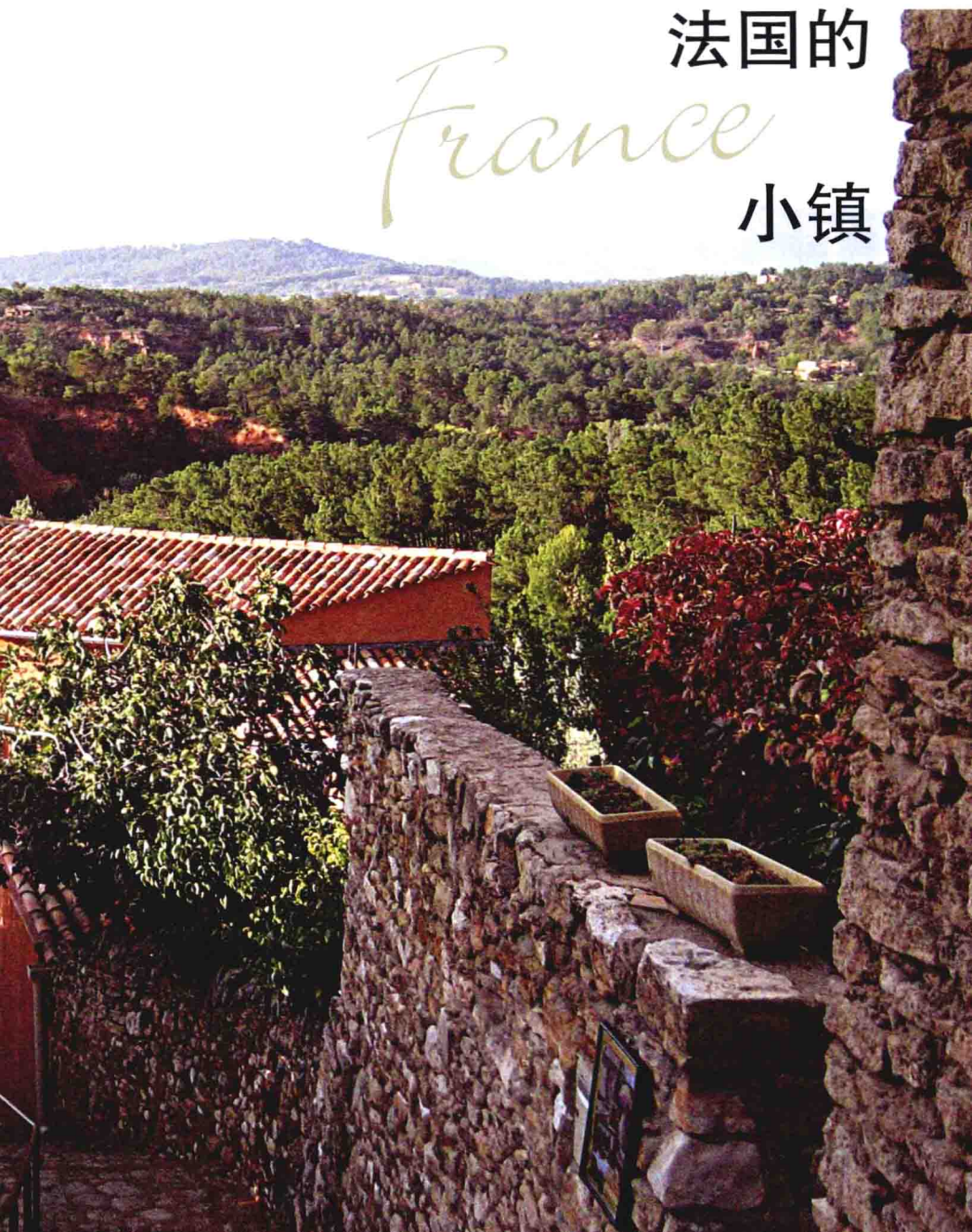
意外收获的美味——瑞士红酒 / 壁炉前的猫咪

恩加丁的宝石 **圣莫里茨** 225

散发魅力的山谷之城 / 举办奥运会的运动小镇 / 伟大的艺术家选择的休养之地

后记 236

行走在
法国的
France
小镇



France

中世纪的风采与浪漫
至今流传在
法国
小镇

在这里，
一场穿越到过去的时间旅行，
感受古城，
与燃烧着艺术灵魂的画家
邂逅。



France



