

西西里

'lia



旅行笔记本

一本可以反复使用的

创意图书

一本改变旅行方式的



Italy

意大利旅本

雕刻你的旅行时光，从此开始

番外旅本编辑部 / 编
张勃 / 著

广东旅游出版社
GUANGDONG TRAVEL AND TOURISM PRESS



FARWHERE 番外
www.farwhere.com 漫时光计划

意大利旅本

张勃 / 著
番外编辑部 / 编

广东旅游出版社
GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

中国·广州

图书在版编目 (C I P) 数据

意大利旅本 / 张勃著 ; 番外旅本编辑部编. — 广州 : 广东旅游出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5570-1066-9

I. ①意… II. ①张… ②番… III. ①旅游指南—意大利 IV. ①K954.69

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第181468号

番外·旅本

总策划: 刘志松

执行策划: 张晶晶 陈晓芬 殷如筠

责任编辑: 梁翠珊 殷如筠

摄影: 全景图片网

手绘插画: Hayako

装帧设计: 邓晓童

责任技编: 刘振华 冼志良

责任校对: 李瑞苑

* 本书地图仅用于景点示意

意大利旅本 YiDaLi LüBen

广东旅游出版社发行

(广州市越秀区环市东路338号银政大厦西楼12楼)

邮购电话: 020-87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

佛山市华禹彩印有限公司印刷

(地址: 佛山市南海区罗村联合工业区西二区三路1-1号)

787毫米 × 1092毫米 32开 6印张 170千字

2018年5月第1版第1次印刷

印数: 1-3000册

定价: 40.00元

版权所有 侵权必究

本书如果有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书

目录 INDICE

意大利°博物馆

意大利简史 / 2

这里是意大利 / 6

葡萄酒的眼泪 / 7

上帝不曾是球迷? / 11

建筑大咖的魔法田 / 13

吃货会下厨是美德 / 16

咖啡重度瘾者 / 19

那不勒斯悲情 / 21

地中海, 海岸线 / 24



意大利旅行Top 15 / 28

NO. 1 圣马可飞狮属地 / 29

NO. 2 永恒之城罗马 / 32

NO. 3 最是都灵法兰西 / 36

NO. 4 圣雷莫的格莱美 / 39

NO. 5 在维罗纳追寻歌德的足迹 / 42

NO. 6 翡冷翠闲话 / 48

NO. 7 博洛尼亚生活之要义 / 51

NO. 8 意式情调摩德纳 / 55

NO. 9 大阿马蒂式样——克雷莫纳的匠心 / 58

NO. 10 帕尔马的谜之气息 / 60

- NO. 11 理想城邦萨比奥内塔 / 62
 NO. 12 在亚西西，如耶稣一样传道 / 65
 NO. 13 上帝遗忘之地马泰拉 / 68
 NO. 14 梦中桃源特伦托 / 70
 NO. 15 多洛米蒂，遇见绝世容颜 / 73



艺术空间 Art Zone / 76

- 乌菲兹美术馆 (Galleria Degli Uffizi) / 77
 学院美术馆 (Galleria Dell' Accademia) / 78
 碧提宫 (Palazzo Pitti) / 79
 圣马可国家博物馆 (Museo Nazionale di San Marco) / 80
 波格赛美术馆 (Galleria Borghese) / 81
 梵蒂冈博物馆 (Musei Vaticani) / 84
 布雷拉美术馆 (Pinacoteca di Brera) / 85
 公爵宫 (Palazzo Ducale di Venezia) / 86
 学院美术馆 (Galleria dell' Accademia di Venezia) / 87
 佩吉·古根海姆博物馆 (Peggy Guggenheim Collection) / 88
 马尔凯国家美术馆 (Galleria Nazionale delle Marche) / 89



资讯°微焦距

米兰购物笔记 / 92

奢侈品城邦 Città di Moda / 94

高端百货店 Grandi Magazzini / 96

折扣店 / 98

折扣村 / 102

意大利美食：田园真意 / 104

【意式菜单 Menù】 / 109

意大利视听盛宴 / 110

【阅读时光 Tempo di lettura】 / 111

【私影单 Commedia Italiana】 / 112

【纪录片 Documentario】 / 112

【悦耳乐单 Canzoni】 / 113

旅行线路推荐 / 114

经典线路 / 115

阿马尔菲海岸 (Costa Amalfitana) / 115

西西里环岛 / 116

重温歌德足迹 / 117

多洛米蒂滑雪之旅 / 118

宗教朝圣 / 119





城市丈量指南

- 瓦莱达奥斯塔 (Valle d' Aosta) / 122
皮埃蒙特 (Piemonte) / 125
利古里亚 (Liguria) / 128
伦巴第 (Lombardia) / 130
特伦蒂诺-上阿迪杰 (Trentino Alto-Adige) / 134
弗留利-威尼斯朱利亚 (Friuli Venezia Giulia) / 138
威尼托 (Veneto) / 140
艾米利亚-罗马涅 (Emilia Romagna) / 144
托斯卡纳 (Toscana) / 146
马尔凯 (Marche) / 148
翁布里亚 (Umbria) / 150
拉齐奥 (Lazio) / 152
阿布鲁佐 (Abruzzo) / 156
莫利塞 (Molise) / 158
坎帕尼亚 (Campania) / 160
普利亚 (Puglia) / 166
卡拉布里亚 (Calabria) / 168
巴西利卡塔 (Basilicata) / 170
撒丁岛 (Sardegna) / 174
西西里岛 (Sicilia) / 176

出行实用资讯 / 180



意大利°
博物馆



意大利简史

地中海的臂弯里，静卧着这块流光溢彩的蓝宝石，人们多迷醉于她的容貌，而忘却了她的身世。

欧洲文明是百家杂糅的，而亚平宁半岛是整个文明演进的核心。苏格拉底、柏拉图、亚里士多德奠定了文明的基调并开创了学术传统，却借由意大利传播和发扬到整个欧洲。基督教原本是犹太人的宗教，耶稣传道之初也只在罗马帝国的远东行省巴勒斯坦活动，被狄奥多西一世尊为国教之后，发展壮大成为西方世界的第一宗教。从这个意义上说，学术和宗教才是意大利历史的主线，源远流长，绵亘不断。尽管分裂多于统一，征伐多于和平，但文明正是在不断的冲突中激荡进化，磨砺出今日璀璨夺目的光芒。

当年太史公修《史记》的时候，有一位即将被写进“欧洲版史记”《希腊罗马名人传》的婴儿才刚刚诞生。他西征西班牙，东讨希腊，南涉埃及，同埃及艳后克丽奥佩托拉在尼罗河度假，打完胜仗只扔给罗马的元老院三个词，“Veni, vidi, vici”（我来，我见，我征服）。他躺在你的扑克牌里，他是方块K，他是尤里乌斯·恺撒。莎士比亚说：“他像一位巨人，跨越了狭隘的世界。”



他深知奴隶制共和国早已积重难返，亟待中央强权，统一秩序，为此他付出了生命的代价。

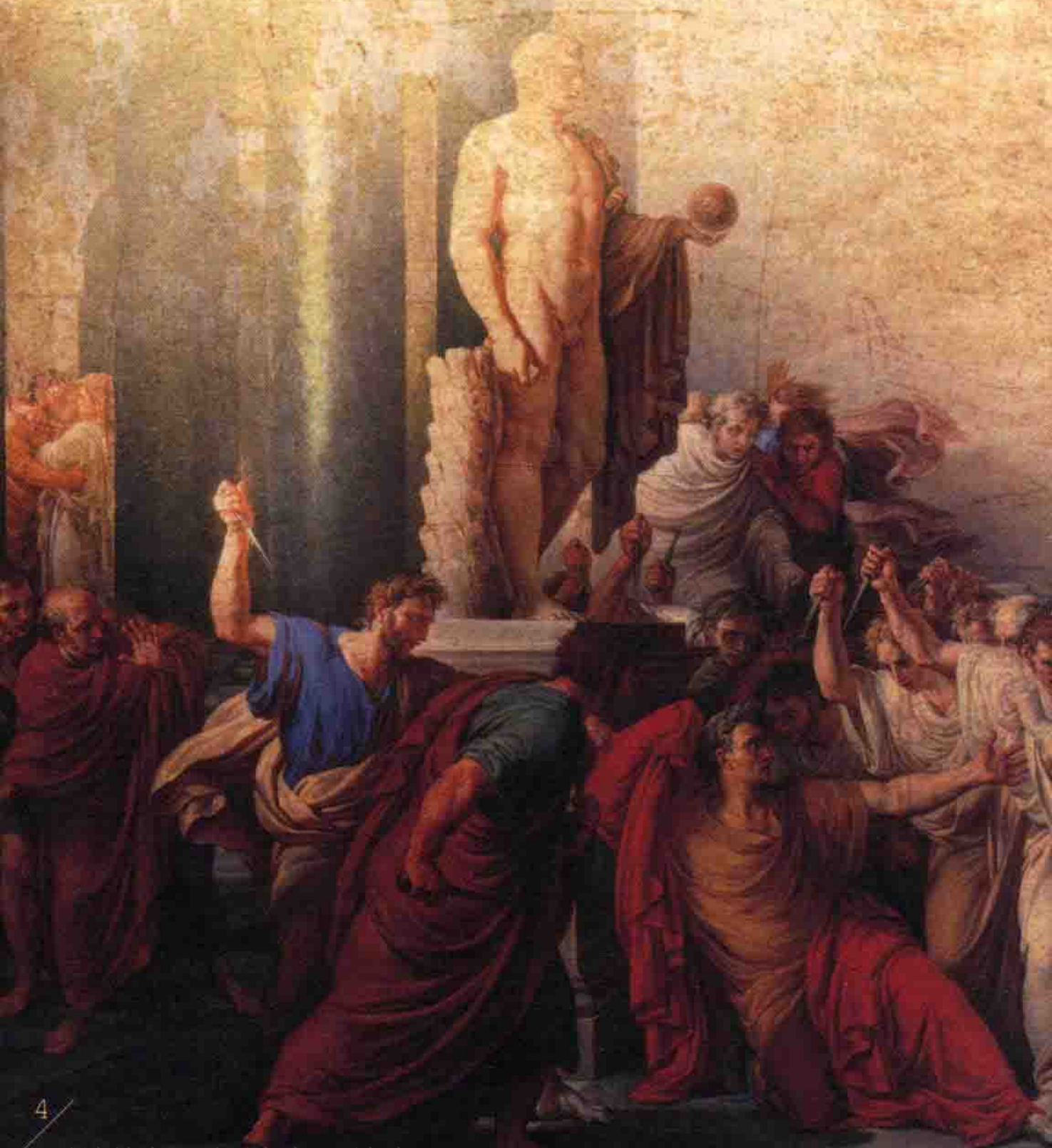
55岁的恺撒倒在了庞贝剧院，这一幕，是高于戏剧的现实。此时恺撒的养子屋大维远在阿尔巴尼亚从军，18岁的他失去了靠山，一切等待他去争取。他的母亲阻止他去罗马冒险，他却说道：“我有长矛和盾牌，那就是义父恺撒的名字。”机智聪颖如他，不久便平息内乱，为恺撒复仇，于公元前27年建立罗马帝国，号奥古斯都。此后的200多年，秩序井然，版图不断扩张，在图拉真时期达到鼎盛，一如恺撒所愿，史称罗马和平（Pax Romana）。罗马帝国成为古代史上最庞大的帝国，地中海则为帝国的内海（Mare Nostrum），欧洲变成了罗马的国土。

罗马的北方没有一个确定的边界，但大抵以莱茵河为准。这里是罗马和日耳曼的分野。日耳曼人时常越过莱茵河，对帝国西部侵扰，但形式上依旧承认罗马的统治。直到476年，日耳曼人奥多亚克把西罗马皇帝的皇冠王袍打包发给了君士坦丁堡，东罗马的首都，而自己当上了意大利国王。自此西罗马覆亡，东罗马则延续了帝国的余脉达1000年之久，史称中世纪。这段意大利权力的空窗期，政治地貌由各封建城邦、专政政权和侵略武装拼贴而成，伦巴第傲居北方，热那亚、威尼斯驰骋海上，佛罗伦萨尚在酝酿。作为两大名义权力中心的教皇和神圣罗马帝国皇帝互相依存，但也冲突不断。



行至14世纪，耶稣和他的门徒传教的卑微传统早已匿而不见，取而代之的是华丽的庙堂和高高在上的神职人员，罗马教会紧紧把持着古代典籍，对社会生活和智识钳制重重，要求人们整日反思自己的罪恶并乞求救赎。这样的生活主线同渴求自由奔放的人类天性相悖已久，正逢此时，东罗马遭奥斯曼帝国入侵，大批学者西逃避难，随身辎重有古希腊及古罗马的经史子集，这些迟来的文明火种，终于在亚平宁半岛引起一场崇古之风。他们畅想突破教会束缚，回到非基督教的世界。他们主张回归古典，写拉丁文，和先哲们一样思考创作，这场思想文化运动愈演愈烈，对中世纪世界给予重大冲击，史称文艺复兴，欧洲从此开始了世俗化和迈向近代的历程。

这是个言必称古希腊的时代。但丁在长诗《神曲》中抨击教会擅权，“造福世界的罗马，向来有两个太阳，一个太阳把另一个熄灭，宝剑和十字架都拿在一个人的手里。”乔托的画作里不再有拜占庭式的僵硬和富丽堂皇的装饰，转而注重自然的人性表达。彼特拉克向禁欲主义宣战，大谈追求爱情和幸福，写下了“欧洲版诗



经”——《歌集》：“我不想变成上帝，我自己是凡人，我只要求凡人的幸福。”达·芬奇被誉为最完美的人，米开朗基罗雕琢出了第一美男子大卫，拉斐尔《西斯廷圣母》里的玛丽亚安宁祥和，温柔端庄，完全不再高冷无趣。帕拉第奥的维琴察圆厅别墅摒弃象征教会权威的哥特风格，转而重现古典柱式和拱券结构。波提切利的《维纳斯的诞生》，大胆地表现了女性体态，希腊的自然裸体之美，打破了中世纪长期以来的思想藩篱，维纳斯有如新时代的春风，和着悠扬的乐曲荡漾在人们的心田。

大师的时代远去了，留下浩瀚的杰作和遥不可及的背影。文艺复兴作了全欧洲的嫁衣，而意大利只作为一个地理称谓出现在哈布斯堡西班牙、奥地利和拿破仑的统治版图，直到19世纪，由萨伏依公爵埃马努埃莱二世推动了轰轰烈烈的复兴运动（risorgimento），才终成统一的自由王国。如今国中每一座城，都是一座露天博物馆，是亚平宁穿越古今的荣光。对待生命的极致，早已深深植根于意大利人心中，在这片土地上，盛开着令整个世界倾慕的文明之花。



● 《恺撒之死》卡姆切尼



这里是意大利



Vino

葡萄酒的眼泪



懵懵懂懂地撞进葡萄酒的千年国度里，想必会迷路。但大可不必焦虑，抛开一切规则和该知晓的常识，依然可以领略其对舌床的激荡、对胃仓的洗礼。按意大利人的调性，即使简单的家酿（vino da casa）也要做到独一无二，满怀骄傲。点酒的时候，如果不凑巧，没有自产的家酿也没关系，就让酒保给你推荐，他会耐心地给你选好适合你的那款，没人会在意你的唐突。对于制酒，极尽苛刻，而对于品酒，随性天然，这不正是宽人严己的妙处么？

如果非想拿一份不怯场的指南，那就从葡萄酒的眼泪（lacrime）开始，轻轻将酒杯晃动，酒体在边缘留下透明的泪痕，泪下坠的快慢就透露了秘密，下坠越快酒精愈浓。酒杯要轻薄，碰杯时才有清脆的回响，唇和酒之间如隔纤纱，饮时似一缕仙雾倾泻而下。杯型有高矮胖瘦，腹大是为了积香，身形曲线是为了引流，最经典的红酒杯是波尔多（Bordeaux）和勃艮第（Burgundy），波尔多直抵舌根，大些的勃艮第则递至舌尖。起泡酒专用窄长的笛子杯（flûte），这样气泡们须走过更长的路程，因为你还等着尽兴地接受其密集的笞打呢。

用腕力扭动酒杯，空气便在酒的浪潮里翻腾，此时再凑鼻闻，渐次寻过去，最后将鼻没入杯口，正好酒香在杯身里打了个转，深吸然后短嗅，交替为之，霎时首香次香接连沁鼻入肺。先饮一口漫润过舌苔，之后再小口地呷，葡萄原生的果香，发酵后的酸涩，还有在橡木桶里陈化时的干苦层层叠叠地堆在喉咙，奖赏着你的感官。哦，这还不够，缺点什么？嚼啃一小块干酪，或是一片腌肠（salame），再或





薄薄的火腿切片（prosciutto），这时你还会在乎谁又是主角吗？不是酒，不是配餐，而是你自己！你的心情才是这次品酒会的主角。

酒应是日用品而非奢侈品，遍饮各地名酿不啻是意大利的最谦卑的款待，更是平宜风度的感染。你的必尝酒单里，怎么可以少了托斯卡纳的康蒂（Chianti）、皮埃蒙特的弗雷萨（Freisa）、维罗纳产区的瓦尔波利切拉的阿玛洛（Amarone della Valpolicella）、特伦蒂洛的特洛迪歌（Teroldego）、艾米利亚罗马涅的蓝布鲁斯科（Lambrusco secco），阿斯蒂的莫斯卡托（Moscato d'Asti）、威尼托大区的干白索阿维（Soave）、蒙塔奇诺的布鲁内洛（Brunello di Montalcino），“意大利香槟”普洛赛克（Prosecco），甜酒里的斯基亚瓦（Schiava）、瓦尔波利切拉的雷乔托（Recioto delle Valpolicella）、上阿迪杰的圣酒（Vino Santo）、甜型蓝布鲁斯科（Lambrusco Amabile），还有鸡尾酒天王马天尼（Martini）。桃红（Rosato）虽不及红酒盛名，但令人赏心悦目的色泽实在难以抗拒。若持有永远不完结的探求心态，有名的、无名的，都绝对值得用生命去感知，去尽兴体验。

Tips

虽然不必一一记得上千种葡萄的名字，但这些明星品种统领了葡萄酒江湖，无人不晓：“朱庇特之血”桑娇维塞（Sangiovese）、蒙特普恰诺（Montepulciano）、巴贝拉（Barbera）、皮埃蒙特名酿“巴巴莱斯科”（Barbaresco）和“巴罗洛”（Barolo）所用的“雾葡萄”内比奥洛（Nebbiolo）、“有点甜”多切托（Dolcetto）、源自法国的梅尔诺（Merlot）、赤霞珠（Cabernet Sauvignon）和黑匹诺（Pinot Nero），它们是整个生态的骨架，也是你在这个新世界的路标。当然也莫忘了白葡萄里的翘楚：特雷比亚诺（Trebiano）、莫斯卡托（Moscato bianco）、已从法国引种一个世纪的灰匹诺（Pinot Grigio）、霞多丽（Chardonnay）。