

中国银行慕尼黑分行即将开业，地址：Lenbachplatz 5, 80333 München



中国银行法兰克福分行
Bockenheimer Labdstr.24
60323 Frankfurt
电话：069-170090-0
service.de@bankofchina.com

中国银行汉堡分行
Rathausmarkt 5
20095 Hamburg
电话：040-3410668-0
hamburg.de@bankofchina.com

中国银行杜塞尔多夫分行
Benrather Str. 18-20
40213 Düsseldorf
电话：0211-520655-0
dusseldorf.de@bankofchina.com

中国银行柏林分行
Leipziger Platz 8
10117 Berlin
电话：030-4050874-0
berlin@bocffm.com

中国银行，您的跨境人民币业务首选银行

www.boc.cn/de

欧元区旅行

◆ 德国 ◆ 荷兰 ◆ 法国 ◆ 意大利 ◆ 卢森堡 ◆ 比利时

欧元区旅行

Europe Travel

总第 09 期 2015 年 02 月

维也纳的皇家范
维也纳音乐之乡寻根之旅

施华洛世奇水晶世界
北威州的那些世界文化遗产

科隆狂欢节 不狂欢不科隆
2015 年梵高年



欧洲每期发行量 2 万份
定价 5.5 欧

ISSN 2196-3320



9 772196 332012

05 >

2015 年 2 月



热烈祝贺 中国东方航空新 VI 体系发布



新东航 新形象

9月9日东航刘绍勇董事长和马叙伦总经理在上海为东航新 LOGO 正式揭牌，这标志着东航在品牌建设道路上迈出了突破性的一步。东航新 LOGO 保留了核心元素“飞燕”，承载着对旅客和顺吉祥的祝愿，同时将东航简称的首字母“CE”与核心视觉元素“燕子”巧妙融为一体，呈现出一只轻盈灵动的“领头燕”展翅高飞，借此欢迎五湖四海的宾客搭乘东航，体验舒适、美妙的空中之旅。

更多惊喜优惠 尽在东方航空

东方航空德国官网 de.ceair.com

邀请您体验一站式查询、预定、购票的乐趣



世界品位 东方魅力

Frankfurt Büro 法兰克福营业部
地址: Rossmarkt 5, 60311 Frankfurt/M
电话: +49-(0)69-1338930
传真: +49-(0)69-13389333
E-mail: china-eastern@ce-air.de

München Büro 慕尼黑营业部
地址: Maximilianstr. 40, 80539 München
电话: +49-(0)89-2103860
传真: +49-(0)89-21038621
E-mail: fly@china-eastern-muc.de



德国开元

Kaiyuan Information Business GmbH

旅游 | 机票 | 物流 | 媒体



开元旅游
咨询网址: www.kaiyuan.eu
咨询热线: 0049 89 416159059
咨询邮箱: travel@kaiyuan.de



开元机票
咨询网址: www.kaiyuan.eu
咨询热线: 0049 89 416159000
咨询邮箱: air@kaiyuan.de



开元微信
学生活动、特惠机票、
旅游折扣、出行锦囊、
一切尽在指尖!
关注小元微信, 共享优惠。

出版人寄语

结束了欧洲一年最重要的节日之后，马上就迎来了我们自己的春节。作为身在国外的华人，春节的象征意义似乎远远超过了实际的家庭团聚的庆祝意义。身在异乡，心怀家乡。对于大部分国外的华人、华侨和留学生而言，除夕夜在自己的小家里与爱人、亲人、友人包饺子，做一桌子家乡菜，边聊边吃边看春晚，跟国内家人打电话拜年。

旅居国外特有的过春节传统就是海外留学生自编自演的春节联欢晚会。每年都有很多中国学生学者联合会举办自己的年度春节联欢晚会，留学生们大展才华，唱歌、跳舞、相声、武术……每一台留学生春晚原汁原味，年味十足，更是青春靓丽，活力十足。不仅给当地华人、留学生带来了最新、最潮、最中国的家乡情，更让当地人对春节和中国传统文化有了面对面的亲身体验。

今年，开元依然联手十几家德国学联，为广大德国华人留学生打造一个年味十足的羊年春节，继续“我最爱的在德华人春晚节目评选”。喜欢春节的朋友们可以通过开元网和开元其他平台看遍全德春晚，一网打尽自己喜欢的节目，为大家奉献一场精彩纷呈的视听盛宴。同时，评选也是对为我们奉献了好看节目而努力付出的表演者、组织人的认同和支持，感谢他们的辛勤努力和创意，激励他们在新一年推出更好的作品。

参加的学联和社团上传节目视频和照片，只需要登陆开元网就马上领略到精彩的文艺节目表演和参选选手的魅力风采。奖项分别为最佳华人协作团体奖、最佳歌舞类节目奖、最佳语言类节目奖、最佳传统文化奖、最佳主持人奖。欢迎大家踊跃参加投票评选，支持那些给你带来欢笑的留德华们。

最后，我代表开元全体员工给大家拜年，祝愿大家在 2015 年身体健康，万事如意，学习专心，工作顺利，羊年喜羊羊！



开元 CEO

出版人：周鸿图
特邀顾问：吴敏安
总编辑：赵娇
执行主编：张亦可
栏目编辑：秦英 林婷婷 赵嘉 邵瑾莹 郑莹
美术编辑：周鸿强

开元旅游杂志由德国开元旅游集团出品
2014 年 11 月刊 -2015 年 1 月刊 总第 9 期

ISSN: 2196-3320

主办：德国开元网

地址：Schwanthaler Str. 75a
80336, München

电话：0049 89 638 99 555 22

传真：0049 89 638 9955 51

网址：<http://magazine.kaiyuan.eu>

联系邮箱：magazin@kaiyuan.de

手机下载：<http://app.kaiyuan.eu/magazine/>

订阅全年四期杂志，包邮 25 欧元

封面图片来自奥地利旅游局

Österreich Werbung

手机轻松阅读，请下载杂志 APP:

<http://app.kaiyuan.eu/magazine/>

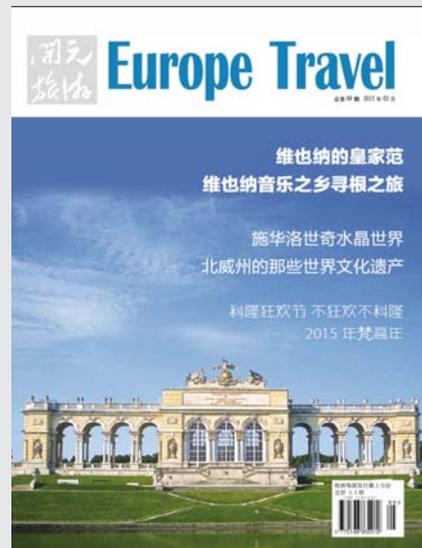
或请扫描二维码



Android 客户端



iPhone 客户端



德国开元旅游集团



开元旅游

www.kaiyuan.eu/line.html
电话: 0049 89 416159059
邮件: travel@kaiyuan.de



开元机票

www.kaiyuan.eu/ticket.html
电话: 0049 89 41615900
邮件: air@kaiyuan.de



开元物流

www.kaiyuan.eu/view_dhl.html
电话: 0049 89 416159016
邮件: dhl@kaiyuan.de

慕尼黑总部

机票电话: 0049 89 41615900
机票邮件: air@kaiyuan.de
旅游电话: 0049 89 416159059
旅游邮件: travel@kaiyuan.de

法兰克福分公司

机票电话: 0049 69 750069085
旅游电话: 0049 69 750069088
传真: 0049 69 750069081
邮件: frankfurt@kaiyuan.de

杜塞尔多夫办事处

电话: 0049 211 93678070
传真: 0049 211 93678071
邮件: duesseldorf@kaiyuan.de

巴黎分公司

旅游: 0033 1 78902672
机票: 0033 1 78902670
传真: 0033 1 78902673
邮件: paris@kaiyuan.de

北京分公司

机票: 0086 10 51600231
旅游: 0086 10 57182989
传真: 0086 10 65883561
邮件: beijing@kaiyuan.de

厦门分公司

电话: 0086 592 2230571
传真: 0086 592 2230671
邮件: xiamen@kaiyuan.de

上海分公司

机票: 0086 21 33190916
旅游: 0086 21 33190918
传真: 0086 21 51087248
邮件: shanghai@kaiyuan.de

昆明办事处

机票: 0086 871 64322668
邮件: kunming@kaiyuan.de



Contents 目录

人在旅途

- 7 维也纳的皇家范
- 12 在维也纳邂逅音乐 音乐之乡寻根之旅
- 16 因斯布鲁克和城市身后的故事: 大王朝和小小城
- 19 “说走就走” 因斯布鲁克两天行程
- 20 奥地利之行: 萨尔茨堡与哈尔施塔特
- 24 萨尔茨堡夏季艺术节
- 27 苹果之路: 天堂般的水果享受
- 28 花香果香的奥地利之旅
- 30 奥地利的咖啡文化: 咖啡馆、烘焙坊和咖啡吧
- 32 葡萄疗法 在奥地利享受葡萄的全方位滋养
- 35 绝美斯奈山半岛, 通往地心的门户。

声色德国

- 38 北威州的那些世界文化遗产
- 42 科隆狂欢节 不狂欢不科隆
- 44 科隆式生活: 科隆啤酒和科隆啤酒馆





- 46 康斯坦茨大学的美丽
- 48 感受德累斯顿工业大学的学习和生活

魅力古镇

- 50 魅力古镇之神秘的朝圣教堂 那些朝圣小镇的神奇故事

生活休闲

- 56 施华洛世奇水晶世界
- 58 跨越世界 一个主题公园就搞定 西班牙冒险港
- 60 荷兰库肯霍夫公园 拥抱郁金香的花海
- 62 彩虹魔法王国 意大利版迪士尼
- 63 纯素食正当时

跟着电影去旅行

- 66 一月迷情：一切从希腊开始
- 70 克里特岛的“蜜月迷情”

非常人物

- 74 2015 年梵高年 纪念去世 125 周年
- 78 Jil Sander: Made in Hamburg



特别鸣谢：

- 瑞士国家旅游局
- 德国国家旅游局
- 中国驻德国大使馆
- 中国驻法兰克福总领事馆
- 中国驻慕尼黑总领事馆
- 中国国际航空公司
- 中国东方航空公司
- 德国汉莎航空公司
- 海南航空公司
- 土耳其航空公司
- 芬兰航空
- 中国银行
- 中国工商银行
- 德国商业银行
- 德国拜罗伊特旅游局
- 德国克罗纳赫旅游局
- 德国巴特洪堡旅游局
- 荷兰国家旅游局
- 麦琴根名品村
- 因戈尔施塔特购物村
- 威尔特海姆购物村
- 人民日报海外版欧洲刊
- 华商报
- 德中汇报
- 德国生活报
- 欧洲时报



精选路线

- 80 游轮玩转世界 小贴士让你玩转游轮
- 82 放松自由尽享游轮 热力西班牙 8天7晚邮轮游
- 84 追寻地中海的古典美好 11天10晚东地中海航线游
- 88 一切从西西里开始 飞向意大利西西里岛
- 90 马略卡岛 地中海度假天堂
- 93 漫步蔚蓝海岸 玩转地中海
- 96 五渔村的魅力 有山有水有风景

本期广告客户



中国银行



中国东方航空



海南航空



GRAF VON FABER-CASTELL

GRAF VON FABER-CASTELL



Metzingen Outlet



德国亚超



欧淘网



法国航空



巴特洪堡赌场

维也纳的皇家范

奥地利最美的地方，见仁见智，不过奥地利必去的地方毫无疑问肯定是维也纳。

维也纳的每个角落都保留着几百年的奥地利哈布斯堡皇室的足迹，一直到 1918 年，维也纳都是奥地利乃至欧洲的政治中心。皇室贵族的文化早就给维也纳打下了深深的烙印，更不用说那些耳熟能详的名字。

来到维也纳，怎么能不为她的皇家范而倾倒？

美泉宫

美泉宫（Schloss Schönbrunn）一直以来是奥地利皇室的夏宫，电影《茜茜公主》更是将美泉宫的盛名带到了新的境界。追寻奥地利皇室，追随茜茜公主足迹的人，怎么能错过这个皇室奢华美好的世界人类文化遗产？

美泉宫的历史可以追溯到中世纪，曾是不同的贵族名人的居住地，但并非奥地利皇室所有。直到 1576 年，奥地利皇帝鲁道夫二世（Rudolph II.）购买下了这里，当然当时还只是个普通的别墅，不过鲁道夫二世从未亲身到过这个别墅。直到他的后继者皇帝马提阿斯（Kaiser Matthias）启用附近为狩猎场，才开启了美泉宫几百年的神话。

相传，马提阿斯皇帝在附近狩猎的时候发现了一座泉眼，泉水清爽甘冽，他喝了之后感觉神清气爽，更是传说人会因此变美，赐名为美丽泉（Schöner Brunnen）。随后的几代奥地利皇帝都在这里当成了狩猎地，美泉宫也随后改名为如今的 Schönbrunn。

1696 年，烈奥波特一世皇帝（Leopold I）下令将当时狩猎行宫的美泉宫改建为皇室游乐宫，等到了 1730 年宫殿落成时，美泉宫拥有 1441 间房间和 2 平方公里的皇家园林，显示奥地利哈布斯堡家族（Habsburger）的气派。1744 年，玛丽亚·特蕾西亚女皇（Maria Theresa）将美泉宫改建成皇室夏宫，曾经的六岁神童莫扎特就曾在此为女皇钢琴演奏。

而我们最耳熟能详的美泉宫则是曾经的茜茜公主时代。奥地利皇帝弗兰茨·约瑟夫（Franz Joseph）出生于美泉宫。1854 年，为了他和德国巴伐利亚茜茜公主（Sisi）的婚礼，美泉宫进行进一



步的扩建和改造，所有的寓所都做了重新装修和装饰。电影《茜茜公主》的绝大多数皇室场景都是在这里实景拍摄。

尽管电影描绘了王子与公主幸福的生活在一起的故事，真实的茜茜公主和弗兰茨·约瑟夫皇帝却是终成怨偶，两人长期两地分居。弗兰茨·约瑟夫最终在美泉宫与世长辞，结束了他对奥地利长达 68 年的统治，他是奥地利哈布斯堡王朝执政最长的一位君主。

继任者卡尔一世 (Karl I.) 在 1918 年 11 月 11 日在美泉宫签署了放弃帝制的文件。当天，卡尔一世携全家迁出美泉宫。这标志着奥地利皇室哈布斯堡王朝的结束。

美泉宫的参观票有两种，适合不同的游客。Imperial Ticket 能参观美泉宫中的 22 个参观室，尤其适合喜欢茜茜公主和约瑟夫皇帝的游客，展示了约瑟夫皇帝的个人用品，从头走到尾只需 35 分钟。使用 Grand Ticket，则能看到较全面的美泉宫，40 个皇宫房间展示了 3 个世纪以来的奥地利皇室故事。最为特别的是能参观美泉宫的庆典大厅，Vieux-Laque 房间改建为约瑟夫皇帝的追忆室。

去维也纳自然不会错过美泉宫和霍夫堡宫，如果两个都参观的话，可以买茜茜套票 (Sisi Ticket)。套票是 15.5 欧，可参观美泉宫、霍夫堡宫和维也纳家具博物馆。拿着茜茜套票去美泉宫和霍夫堡宫不用排队，价格是分别购买的 75 折。

美泉宫 (Schloss Schönbrunn)

地址: Schönbrunner Schloßstraße 47, 1130 Wien

时间: 11 月 1 日至 3 月 31 日 8:30-17:00,

4 月 1 日至 6 月 30 日 8:30-17:30,

7 月 1 日至 8 月 31 日 8:30-18:30,

9 月 1 日至 10 月 31 日 8:30-17:30

票价:

Imperial Ticket: 成人 11.5 欧 (配 Audioguide), 大学生 (25 岁以下)

10.5 欧, 18 岁以下儿童 8.5 欧

Grand Ticket: 成人 14.5 欧 (配 Audioguide), 大学生 (25 岁以下)

13.2 欧, 18 岁以下儿童 9.5 欧

网址: www.schoenbrunn.at

霍夫堡宫

霍夫堡宫 (Hofburg) 与美泉宫交相辉映，是奥地利皇室主宫的并蒂莲，美泉宫为夏宫，霍夫堡宫为冬宫。与美泉宫不同的是，霍夫堡宫从 13 世纪开始就一直是哈布斯堡皇室的居所，是奥地利皇权的最高象征。如今则是奥地利联邦政府总统官邸，接待外国大使、外宾的仪式通常在这里举行。奥地利皇室有这样的传统：皇帝不能住前任的房间，因此每一代皇帝都对霍夫堡宫进行改建扩建，最终形成如今占地面积达二十四万平方米的规模，拥有 19 个庭院、18 个翼楼、54 个出口、2900 多个房间。几个世纪的发展也使霍夫堡皇





美泉宫 Residenz 咖啡馆的烘焙房每个小时都有专业的甜品师做苹果卷表演 (Apple Strudel Show)，现场手工制作苹果卷。参加者不仅能现场观看苹果卷的诞生过程，还能将皇家苹果卷的食谱带回家，好让自己在家里烘焙复原这道奥地利的经典甜品。每到自己在家烘焙苹果卷的时候，就能回忆起曾经美好的奥地利维也纳之旅。

现场学习苹果卷的制作，又怎么能少了空气中弥漫的苹果卷的香味？让人忍不住流口水的香气怎么拒绝得了新鲜出炉的苹果卷。坐在皇家烘焙房的小桌旁，享受一块热气腾腾的苹果卷，再啜饮香醇的咖啡，皇家特别的氛围让本来就绝佳的苹果卷咖啡的经典搭配更美味。

每天 10 点到 17 点整点开始苹果卷表演，时间 15 到 20 分钟，价格 9.6 欧。套餐包括现场观看苹果卷制作展示，一块苹果卷搭配咖啡、茶或热可可，并且获得一份正宗苹果卷的配方和食谱。一天中的第 21 个客人可以享受免费。

仅仅是观看苹果卷不够的话，还可以在这里参加苹果卷课程。花一个小时的时间，在烘焙师的带领下亲手制作一个苹果卷。参加者能获得一份苹果卷毕业证书，这下可以自豪地称自己是维也纳苹果卷烘焙师了。一个小时之后，自己做的苹果卷就出炉了，或者直接品尝，或者打包带走与家人朋友一起分享自己的作品。参加者费用 21 欧。

美泉宫苹果卷表演

Café Residenz

地址：Schloss Schönbrunn, Kavalierstrakt 52, 1130 Wien

时间：每天 9:00 至 22:00

网址：www.cafe-residenz.at

维也纳卡

短期去维也纳旅游的话，可以考虑购买维也纳卡 (Wien Card)。拿着维也纳卡，免费乘坐地铁、公交车和有轨电车，享受景点门票、博物馆、餐厅、咖啡馆等超过 210 种折扣优惠。不受限乘车 48 小时的维也纳卡价格是 18.9 欧元，72 小时价格 21.9 欧元。

维也纳卡能在维也纳旅游局的在线网站上订购，位于阿尔贝提纳广场上的旅游信息中心、机场旅游信息点、公交线路销售点和各大酒店也能买到维也纳卡。

收到维也纳卡的同时，也将收到一个 120 页的优惠券本，里面涵盖了博物馆和旅游景点、剧院、音乐会、商店、咖啡店、餐馆以及酒吧等折扣优惠券。出示维也纳卡和优惠券，即可马上享受折扣。

Foto: © Österreich Werbung / Diejun & Kalmar & Popp G. & Wolfgang Schardt



Cherished
Experience



海阔天空

航域无疆

海南航空柏林=北京直达航线 夏季增频至每天一班



● 公务舱尊享体验

海南航空柏林=北京航线使用空中客车A330-200豪华宽体客机运营，公务舱座椅可180度平躺，全客舱大屏幕可触摸LED娱乐系统，舒适宽敞，静谧独享。悉心为您准备的公务舱餐食，饮品让您体会“空中藏酒阁、移动美食城”的标准；精心呵护的旅途体验，让您宾至如归！

● 公务舱超值优享

海南航空超值尊享公务舱，凡一次性购买海航柏林=北京公务舱套票3套、5套、10套的旅客，均可获得不同幅度的优惠，不限人员使用，不变的服务，不一样的超值体验，more is less！公务舱亲友同行，多人同行，海航依旧优惠多多。凡两人、三人同去同回，均可购买我司公务舱多人同行产品，可享受不一样的亲友陪伴的温存。

● 畅行欧洲、空铁联运

除柏林之外，海南航空与AirBerlin（柏林航空）联手打造覆盖德国及欧洲全境主要城市的航线网络，让您畅行欧洲，通行无阻。同时，海南航空也与DB（德铁）合作，免费连接德国境内任一火车通行点。

● 更多惊喜、悉心品味

如果您是留学生，海航推出了更多免费行李额；
如果您担心您的无陪伴儿童，海航推出了Care More服务；
如果您来自机构客户，我们推出了更方便更快捷的网上平台.....

www.hainanairlines.com
00800-8768-9999

在维也纳邂逅音乐 音乐之乡寻根之旅

毫无疑问，奥地利是世界音乐之乡。我们熟知的音乐大师很多都出自奥地利：海顿，莫扎特，舒伯特，大小施特劳斯等。很多大作曲家也在奥地利皇室的资助和支持下成就了一生，贝多芬就在维也纳写下来不少乐章。维也纳金色大厅是每个音乐爱好者的终极朝圣地，维也纳爱乐乐团标志着世界音乐的最高水准。

维也纳是奥地利首都，奥地利皇室的居住地，那些声名显赫的音乐家都曾在这里留下了自己的足迹，谱写了流传至今的传世之作。喜爱音乐的你怎么能错过这段音乐寻根之旅，在维也纳的大街小巷邂逅音乐。

金色大厅：古典音乐的终极殿堂

熟悉古典音乐的人都对维也纳金色大厅不陌生，每年的新年音乐会都会在世界各地电视台、广播电台现场直播，可谓是一年一度世界级古典音乐盛会。在金色大厅指挥新年音乐会是每个指挥的终极梦想和目标，坐在金色大厅现场感受新年音乐会应该是每个坐在电视机前的观众要圆的梦。等到了音乐会末尾，《蓝色多瑙河》响起的时候，新年音乐会达到最高潮，现场观众集体站起，随着音乐鼓掌，就算是坐在电视机前也能感受到那种激动。这种平时只能在流行音乐才能见到的“疯狂”恐怕只有在金色大厅的新年音乐会才能见到。直到《蓝色多瑙河》的最后一个乐音缓缓终止，掌声如雷，久久不停。



事实上，金色大厅只是我们的意译，得名于大厅一望无际的金色，大厅真名是大音乐协会大厅（der Große Musikvereinssaal）。金色大厅坐落在维也纳音乐协会（Wiener Musikverein）大楼之中，大楼内还有众多演出大厅，只是金色大厅因为她的富丽堂皇和历史悠久，以及著名的新年音乐会而最为有名。

除了新年这一天，其它时间金色大厅也会举行由高水准乐团、指挥上演的音乐会。爱好音乐的朋友千万不要错过这千载难逢的好机会，一定要到此亲耳聆听一场美妙动听的音乐会。

维也纳音乐协会和金色大厅（Gesellschaft der Musikfreunde in Wien）

地址：Musikvereinsplatz 1, 1010 Wien; Bösendorferstraße 12

时间：周一至周五 9:00-20:00，周六 9:00-13:00，演出开放前一个小时也可进场；七月和八月周日至周五 9:00-12:00

网址：<http://www.musikverein.at>

海顿故居

海顿（Joseph Haydn）被誉为交响乐之父，是维也纳古典乐派的奠基人。没有海顿也许就没有后来的贝多芬和莫扎特。

海顿于 1793 年在维也纳购买了一栋两层小楼，在这里度过了他人生中的最后十二个年头。在这里，他创作了名曲《创世纪》和《四季》。海顿期间在英国两次旅居，回来后

重新将小楼一层改成英式风格。为了纪念海顿，海顿故居所在的街道改名为海顿小路（Haydngasse）。

海顿故居陈列着书信、手稿、个人物件和两架钢琴。海顿晚年住在这里的时候，因为严重的关节炎只能坐在家接待访客，贝多芬就曾多次拜访海顿。

海顿故居（Haydnhaus）

地址：Haydngasse 19, 1060 Wien

时间：周二至周日 10:00-13:00, 14:00-18:00

票价：成人 4 欧元，19 岁以下免费，每个月第一个周日免费

莫扎特维也纳之屋

莫扎特是诞生于萨尔茨堡的音乐天才，不过，莫扎特在维也纳也居住了多年。一趟奥地利音乐之旅自然不能少了莫扎特。

莫扎特（Wolfgang Amadeus Mozart）在 1781 年到 1791 年期间在维也纳生活，目前保存下来的莫扎特故居就只剩下坐落在 Domgasse 五号的莫扎特维也纳之家（Mozarthaus Vienna）。莫扎特在 1784 年和 1787 之间住在这里，这段时期是莫扎特音乐最盛产的时期，他在这里谱下了歌剧《费加罗的婚礼》。



贝多芬纪念馆

贝多芬长期生活在维也纳，三十五年里在维也纳留下了很多足迹。贝多芬晚年耳朵渐渐变聋，钢琴只有很响才能听见，因此总是收到邻居的投诉，甚至不得不搬家。传说中的维也纳贝多芬故居有二十多处，不过，如今维也纳博物馆只承认三所故居。

帕斯克拉蒂故居（Pasqualatihaus）取名于房主帕斯克拉蒂（Josef Benedikt Baron Pasqualati）。贝多芬在这座房子的四层公寓中住了八年，从公寓中能够欣赏到维也纳北部和西北部的乡村风景。贝多芬在这里完成了他的第四、第五、第七和第八交响曲，以及歌剧《费德里奥》。

哈利根施塔特故居（Heiligenstadt）记录下了贝多芬人生最严峻、最黑暗的时候。贝多芬在1802年给他两个兄弟的书信中写下了《哈利根施塔特遗嘱》，却从未寄出。在信中，贝多芬表达了他对自己不断恶化的听力的绝望。

贝多芬喜欢在乡间度过夏天，尤其是享受维也纳西北部种植葡萄的乡村。1803年，贝多芬主要致力于完成他的第三部交响曲《英雄交响曲》（Eroica）。贝多芬英雄故居（Beethoven Eroicahaus）并不全天对外开放，需提前预约，故居主要展示了贝多芬在1803年的作品。

帕斯克拉蒂故居（Beethoven Pasqualatihaus）

地址：Mölker Bastei 8, 1190 Wien

时间：周二至周日 10:00 至 13:00；14:00 至 18:00

票价：成人4欧元，19岁以下免费，每个月第一个周日免费

哈利根施塔特故居（Beethoven Wohnung Heiligenstadt）

地址：Probusgasse 6, 1190 Wien

时间：周二至周日 10:00-13:00, 14:00-18:00

票价：成人4欧元，19岁以下免费，每个月第一个周日免费

贝多芬英雄故居（Beethoven Eroicahaus）

地址：Döblinger Hauptstraße 92, 1190 Wien

时间：只接受电话约定 +43-1-505 87 47-85173

票价：成人4欧元，19岁以下免费，每个月第一个周日免费

舒伯特纪念馆

舒伯特是继海顿、莫扎特、贝多芬之后的维也纳音乐新星，年仅31岁的舒伯特就谱写了600多首乐曲，被誉为19世纪的歌曲之王。如今，维也纳保存了两所舒伯特故居：舒伯特出生故居和去世故居。

1797年1月31日，舒伯特（Franz Schubert）在维也纳的红色螃蟹房子（Zum roten Krebsen）中出生，并在这里长到了四岁半。舒伯特出生故居现在收藏了一系列舒伯特的乐谱手稿，展示了舒伯特人生的不同阶段。

舒伯特于1828年11月19日在他哥哥的公寓中去世。他每年都在这里旅居作客，身患重病之后在这里度过了生命的最后几个星期，谱写了人生的最后一首乐章《岩上牧人》。故居中展览了舒伯特人生的最后几周，去世和葬礼。舒伯特崇拜贝多芬，在过世后也埋在贝多芬墓的附近。

舒伯特出生故居（Schubert Geburtshaus）

地址：Nussdorfer Strasse 54, 1090 Wien

时间：周二至周日 10:00-13:00, 14:00-18:00

票价：成人4欧元，19岁以下免费，每个月第一个周日免费

舒伯特去世故居（Schubert Sterbewohnung）

地址：Kettenbrückengasse 6, 1040 Wien

时间：周三和周四 10:00-13:00, 14:00-18:00

票价：成人4欧元，19岁以下免费，每个月第一个周日免费

小施特劳斯与他的《蓝色多瑙河》

提到奥地利音乐家，首先想到的应该是莫扎特，但是说到奥地利名曲，首先想到应该是出自华尔兹之王小约翰·施



特劳斯（Johann Strauss）之手的奥地利非官方国歌《蓝色多瑙河》。

约翰·施特劳斯父子是世界乐坛绝无仅有的大师级父子档。父子两个名字一样，都是生于维也纳，逝于维也纳，不过，小施特劳斯的作品更为有名。不知出于何种原因，在维也纳只保有了小施特劳斯的住宅。

1867年，小施特劳斯在坐落于多瑙河河畔的公寓中写下了著名的《蓝色多瑙河》。他曾经在这里生活了七年。现在的小屋展示了小施特劳斯的乐器、家具、生活用品，以及他的画像、照片、文稿和乐谱，勾画出他作为作曲家、音乐家和指挥的形象。另外，小施特劳斯的个人生活也尽显无余：他结过三次婚，收集弹球和纸牌，画漫画。

维也纳市公园（Wiener Stadtpark）中的施特劳斯黄金纪念碑（Johann Strauss Denkmal）金光闪闪，侧首演奏小提琴的小施特劳斯被鲜花簇拥着。施特劳斯的墓碑就树立在中心墓地，离大施特劳斯、贝多芬、舒伯特、勃拉姆斯的荣誉墓碑不远。

小施特劳斯纪念馆（Johann Strauss Wohnung）

地址：Praterstraße 54, 1020 Wien

时间：周二至周四 14:00 - 18:00，周五至周日 10:00-13:00

票价：成人 4 欧元，学生和 19 岁以下儿童免费

维也纳舞会季 华尔兹皇家范

May I have this dance? Darf ich um diesen Tanz bitten?

“我能请你跳支舞吗？”这句话绝不仅仅是一段电影台词。维也纳的舞会依然保存着曾经的皇家传统，浪漫又正式。维也纳舞会的历史要追溯至 18 世纪，当时只有贵族才能在私人场合穿戴面具和礼服。为了弥补这一遗憾，皇帝约瑟夫二世在霍夫堡宫（Hofburg）的 Redoute 大厅举行了多场面向所有人的舞会，普通的维也纳人也有机会参加舞会，很多传统也流传至今。维也纳舞会要求盛装，尤其是豪华舞会更是有着严格的着装要求，很有过去的贵族味道。另外一个流传至今的传统是舞会纪念品（Ballspende）或女士礼物（Damenspende）：每一位进入舞会的女士都能收到一个小礼物——过去是女士折扇，现在则是一些精致的纪念品。很多知名大型舞会在他们的舞会纪念品（Ballspende）上不断推陈出新，银餐具、名牌丝巾等价值不菲的“礼物”都是舞会上馈赠的纪念品。

维也纳一年到头都有各式各样的舞会，不过绝对的高潮却是从 11 月 11 日到复活节前忏悔星期二的维也纳舞会季（Ballseason）。舞会季期间会举办超过四百五十场舞会，一月和二月份尤其是热闹。

最大型的舞会是 12 月 31 日在霍夫堡宫举办的新年舞会（Silversterball），颇有曾经的皇家范。不过，自然也有相应的皇家价格，豪华套票包含晚宴需要 465 欧，普通的进场票需要 155 欧，学生票则是 70 欧。一切都是皇家贵族范，参加者必须盛装出席，男士向女士施吻手礼。

Foto: © Österreich Werbung / Trumler & Lammerhuber & Wiesenhofer



因斯布鲁克和城市身后的故事：大王朝和小小城

作者：孔洁珊

背景：

哈布斯堡是一个统治欧洲 600 多年庞大而复杂的家族；

因斯布鲁克是一个占地 1 万多平方公里的阿尔卑斯山小城；

我们的故事里有一男一女两个主人公；

为了让大家清楚万事的前因后果，我们必须选择一个时间——1420 年，这个时间并非巧合，历史这样安排自有它的深意。

是年，蒂罗尔伯爵弗里德里希四世（1382-1439）将因斯布鲁克提升为他领地的首府。恰巧他是一位哈布斯堡家族的成员（虽然是旁支），从此这座小小古城的命运便与这个不可一世的王朝家族千丝万缕般的交织在一起。这位伯爵有个外号叫做“空兜子”，但实际上，他的兜子一点儿也不空，他坐拥蒂罗尔银矿，富可敌国。从这个银矿里挖出的银子被他的儿子打造成一种叫做“泰勒（Thale）”的银币，在全欧洲流通发售，意大利语叫它 tallerlo，捷克语叫它 tolar，挪威丹麦语叫它 daler，英语叫它 dollar——这就是“美元（dollar）”一词的来源。因此他的儿子被称为“多币者”，这位“多币者”不仅多的是银币，而且多的是孩子——据说他有 50 个孩子，但没有一个是婚生的、合法的。这就意味着伯爵没有合法的继承人，怎么办？蒂罗尔这片沃土连同因斯布鲁克只好在他死后拱手相让。我们的阿尔卑斯山小城就这样万般无奈地并入了哈布斯堡家族的主线，接管它的就是我们的男主人公，马克西米利安（1459-1519），人称“最后的骑士”，曾经的欧洲盟主，帝国皇帝。

【马克西米利安和黄金屋顶】

在因斯布鲁克的市中心有一座蒂罗尔君主的宫殿，它是由这位马皇帝的一位祖上，曾经的蒂罗尔公爵建立的。现在这个宫殿已经荡然无存，但是留下了一个 3 层阳台，马皇帝以前就经常爱坐在这个阳台上看广场上的各种比赛。阳台醒目的标志是它有一个黄金屋顶，这是马皇帝在 1500 年，为了纪念自己的第二次婚娶而建造的。但是，这个黄金屋顶并非黄金打造，而是由 2657 块镀金铜瓦镶嵌而成。为啥会这样？因为这个皇帝太穷了。

按理来说，皇帝不应该穷。首先他可以从各种的苛捐杂税中获利；其次他还拥有一堆数目可观的领地、庄园，换句话说就是，他可以经营房地产生意；最后他还有数不胜数的祖传金银珠宝。但是，我们这位马皇帝的确是穷，他在位的 26 年间，帝国预算一直是赤字累累，皇帝只能抵押自己的各种金银铜铁矿（其中也包括那座著名的蒂罗尔银矿），以及各种不动产，进行贷款。他去世时留下的债务高达 33 万弗罗林，大约相当今天的 7 千万美金。那么，谁愿意借给皇帝钱呢？皇帝又能向谁贷款呢？答案是土豪、富商、银行家。其中他贷款次数最多，数量最高的要数奥格斯堡的银行家雅



克布·富格尔。对于皇帝而言，这位土豪比之政治家和军队首领更重要。由于富格尔的国外分行遍及全欧，所以他拥有最佳信息服务机构。他的代理人比快递小哥还要快还要好。所以雅克布·富格尔有句话叫做：“我把皇帝攥在我的口袋里”。

那么，为嘛这位皇帝花钱如流水？主要有两个原因：一是战争。跟法国人打完了，跟意大利人打，意大利消停了，还要平定自己国内的内乱；二是艺术品投资。马皇帝在艺术品方面非常有眼光，在欧洲历史上算得上数一数二的大艺术赞助家。他聘请有名的或没名的艺术家给他画肖像、刻脸模，甚至连他命归西天的模样都不放过；他在有生之年请当红的德国画家阿尔特多福（Albrecht Altdorfer）为他完成的巨幅画作《凯旋归来》，100多米的画卷上全是以他为主角；他在有生之年没有完成的巨型墓葬，40个2.4米高的青铜雕像并100多个小型的人像应该守护在他豪华的石棺周围，由于国库亏空，将将只完成了28个；他还自己写小说《智慧国王》请人来配插图……所以，为了庆祝他的婚娶而建造一个小小的阳台必须理直气壮，就算无钱也要任性。

大喜之日少不了庆祝、酒席、晚宴，当然还有跳舞！而且跳的不是一般的舞。当时宫廷有一种奇怪的习俗，凡是在这种相亲相爱的日子，男人们都要跳一种叫做摩尔人的舞蹈。这种舞蹈旨在尽情狂野的扭动身躯，谁扭的最怪异最荒诞谁胜出。之后，心爱的人会给胜出者颁上金苹果作为奖励。——仔细看，这就是第二层阳台正面中间浮雕的主题：自恋的马皇帝出现了两次，右侧他头戴皇冠，左侧还不忘和一位女子搭讪。这个女子，手里拿着金苹果，不是别人正是他的新娘，比安卡·玛利亚·斯福尔扎，一代枭雄米兰大公的女儿。

新娘后面怎么还会有一个女人？马皇帝是个念旧的、有家庭观念的男人，这第二个女人就是他的前任，勃艮第的玛利亚。1500年，她已经去世18年。不长也不短的18年，这个世界改变了很多，变得更大更宽广；不长也不短的18年，却足以让一个人忘掉另一个人，但是马皇帝没有忘。他的父亲是一个精打细算的婚介政治家，当年他的父王给他安排的这段婚姻，不费一兵一卒将这片膏腴之地尽收囊中；如今他又通过联姻尽享米兰的荣华富贵。阳台的第一层的正面一溜排开的纹章象征着这位“最富有”的皇帝对他一望无际的领地的统治权：左数一、二是哈布斯堡的旧地奥地利大公和匈牙利国王，兼领中间两枚最重要的纹章神圣罗马帝国的皇帝和德意志国王，最后两枚就是靠婚娶赢来的土地勃艮第大公和米兰大公。

【玛利亚·特蕾西亚和小凯旋门】

背对着黄金屋顶，有一条一直向南延伸的路，路的尽头您会看到一座小型的凯旋门。凯旋门中间的大圆拱上南北两侧各有一个人脸，北侧的面露戚戚色，南侧的却在微笑。为何会这样呢？那要从一个叫玛利亚·特蕾西亚（1717-1780）的女人说起。自然，她也是一位哈布斯堡人。



她的父亲，神圣罗马帝国的皇帝查理六世死的时候没有留下男性继承人，所以，赶鸭子上架般的，玛利亚·特蕾西亚在1740年登基，登基的时候她年仅23岁。她拿到手的帝国是一个摇摇欲坠的帝国。各路诸侯不承认她这位女性继承人的地位，和她一样年轻的普鲁士国王正虎视眈眈她的领地，巴伐利亚国王也在觊觎着皇帝的宝座，帝国内危机四伏，而我们的女皇花容月貌，美丽动人，极富女性魅力，但凡战争需要的东西她却一概没有：一没钱、二没军队、三没出谋划策之人。怎么办？幸好女皇有脑子，她热情奔放，精明强干，决意在这危急时刻将自己的老公，俊秀的弗兰茨·史蒂芬，洛林的公子哥推上神圣罗马帝国皇帝的宝座。在法兰克福的选举中，女皇内外兼施，从中斡旋，终于使弗兰茨成功上位。从此的哈布斯堡家族被称为哈布斯堡-洛林家族，此一举措才使得哈布斯堡家族统治欧洲长达600年成为可能。

加冕仪式的时候，女皇正值分娩期，却挺着大肚子出现在典礼仪式上，为了让自己的丈夫在关键时刻大放异彩。歌德在《诗与真》一书中描写了玛利亚·特蕾西亚在欢呼声、礼炮声来临的壮观长面：“这时她的丈夫穿着奇特的服装从大教堂回来，他觉得他简直像是查理大帝的幽灵。她丈夫像开玩笑地举起双手，给她指点象征皇权的金苹果、权杖和非凡的手套，对此她不停地大笑……当女皇向她丈夫致意，挥舞手帕，向他本人高呼万岁时，民众的热情空前的高涨，欢呼声此起彼伏，经久不息”。当然如此，因为当年玛利亚·特蕾西亚撇开了宫中种种的陈规陋习，和弗兰茨·史蒂芬轰

轰烈烈的自由恋爱，这在以政治联姻为主的欧洲王室中实属罕见，他俩的结合曾经轰动了整个欧洲。婚后他们共有16个子女，其中不仅有日后慷慨节俭的改革派皇帝，更有倾国倾城的玛丽·安东瓦内特。

因斯布鲁克这座凯旋门就是为庆祝他们的二子利奥波德与西班牙公主结婚而建，要迎娶公主进门，故而城门的外侧，也就是南侧悬挂一张笑脸，表示欢迎。然而为何大门内侧的人脸却悲伤而凝重呢？因为正直王子大婚之际，女皇一生的挚爱，帝国的皇帝，弗兰茨·史蒂芬却突发心脏病在因斯布鲁克去世。女皇悲痛不已，立刻命人在大门内侧雕刻其夫头像以及一张忧伤的人脸。由于出殡队伍和婚礼队伍的行进方向正好相反，是由城内驶向城外，故而忧伤之脸被雕于内侧。

女皇在其夫死后还继续活了15年，并且在其子登基后一直垂帘听政，试图以自己的能力来影响帝国的命运。但女皇曾多次表示，她真正的内心所愿就是与弗兰茨过平常百姓家生活，白头偕老。人们在她死后在她的私人祈祷书中发现一个纸条，上面写道：“我的幸福的婚姻生活是29年6个月零6天。把手伸给他的那天同他突然被从我身边夺走的那天都是星期日，因此成为29年，334月，1540周，10781天，258744小时”。这就是女皇玛利亚·特蕾西亚和小凯旋门的故事。



“说走就走” 因斯布鲁克两天行程

作者：柿爷 / 图片：徐铭泽

总体来讲，因斯布鲁克是欧洲为数不多的几个适合冬季游览的城市，根据个人经验，两天游览比较适合。第一天逛老城，购物；第二天上雪山，滑雪。住宿可以在网上选择或者直接预订当地的青年旅社，价格在 25 到 40 欧左右。

行程

第一天：慕尼黑 -- 因斯布鲁克

交通：大巴士

车程：2.5 小时

费用：8 欧 / 每人 从悲喜门沿玛利亚特雷西亚大街行进，经过施华洛世奇总部，一直到金顶屋，再直走便可看到因河和雪山。

第二天：雪山一日游 交通：因斯布鲁克火车站坐公交车 ST 到终点，车程：1 小时 20 分钟，每半小时一辆

费用：6.8 欧 / 每人往返；上山缆车观光 24 欧 / 每人。

且游且记

第一站：

人生如逆旅，我亦是行人

站在悲喜门下，任思维飞到 1750 年，伟大的特雷西亚女王，此时此刻的她该是怎样的心情，一面是儿子的新婚燕尔，一面是丈夫的英年早逝。良辰，美景，怎奈何虚设，心中千种风情更与何人去说，纵使她雍容典雅，却无人再为她落笔生花，再敌不过岁月风华，无人相伴白骨黄沙。王冠金鞍又怎样，人生如逆旅，我亦是行人。

第二站：

映水色不别，像月光还度，倾在荷叶中，有时看是露 唐代诗人王建曾经这样形容过水晶，“映水色不别，像月光还度，倾在荷叶中，有时看是露”。因斯布鲁克是水晶的故乡。水晶品牌施华洛世奇的总部旗舰店便坐落在因斯布鲁克特雷西亚大街上。别出心裁的设计，独具匠心的打磨抛光，让每一件商品不落俗套，成为独一无二的艺术品。

第三站：

今生只有残留的躯壳，迎接光辉岁月，风雨中抱紧自由

夜晚的黄金屋顶散发着淡淡的光，被现代的音乐聚光灯挤在角落仿佛也会有一丝淡淡的忧伤，那檐角边缘饰有动物图案的雕饰花纹，那廊柱表面围满了的浮雕也曾想站出来炫耀他曾经的辉煌，午夜会有乐师吹起号角，此时此景马克西米连一世再也看不到，只留下残留的黄金屋顶，在风雨中抱紧自由。黄金屋顶上雕有马克西米利安一世皇帝和皇后的雕像。正面下端雕有标致着奥地利和匈牙利的纹章，双头鹰和国王雄鹰，布尔艮德和米兰的纹章，侧面还有施泰尔马克和蒂罗尔的纹章。

第四站：阿尔卑斯之下，因河之上，便是天堂

第五站：Schaufelspitze 雪山之巅

在见到你之前，雪对于我是什么？是谢朗的撒盐空中差可拟，也可是谢道韞的未若柳絮因风起，更可以是孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪。见到你之后雪是什么？是莫奈的睡莲，是德彪西的乐章，是大自然对于人类最好的奖赏。海拔三千多米的雪山面前，人变得渺小，学会敬畏自然，学会谦逊。



奥地利之行：萨尔茨堡与哈尔施塔特

作者：游一堃

还记得小学上音乐课，老师就经常提到奥地利这个音乐之乡。长大后也常常在书里看到大家描述她有多美多漂亮，但是我想，百闻不如一见，只有亲自来到这个音乐之都才能体会到她真正的美。

毫无疑问，莫扎特给这个国家注入了太多的音乐细胞。尤其是莫扎特的故乡萨尔茨堡，一个在我眼中比维也纳更富诗情画意的城市，她给了我太多惊喜。正因为这样，我在两个月时间里前前后后去了萨尔茨堡三次，每一次的旅程都给我不一样的感受。

其实最初与萨尔茨堡的邂逅是源自学校组织的一次萨尔茨堡秋游。因为我早已习惯单身旅行，所以对集体观光并没有太大兴趣，也没把这活动当回事，更没有像我自己设计行程时那样，提前做功课。当天，我和一起参加活动的同学们乘火车到达萨尔茨堡，下车后我们三五成群地跟在带队老师后面走。在老师的带领下，我们参观了贝拉米尔花园，沿

着“河”边走边听老师为我们讲述萨尔茨堡的历史，越听越对这个城市感兴趣。这次的秋游大家都收获颇丰，唯一的遗憾就是因为时间缘故，没能到山上去看城堡，也没能从山顶俯瞰萨尔茨堡的英姿。然而就是这样的第一次遇见，让我与萨尔茨堡结下了不解的情缘。

第二次游萨尔茨堡的时候，我又变成了独行侠。自从那次学校秋游回来，对萨尔茨堡的好奇就在我心里埋下了种子。实在抵挡不住这座美丽城市的召唤，我回到家后就慢慢尝试去了解更多关于这个城市的历史。越了解越爱慕，我发现我爱上了这个城市。音符如同穿城而过的萨尔茨河流转在乐章般的萨尔茨堡，我多希望能生活在这样一座小城，随便走到哪里都能感受到莫扎特的诗意音乐，只因为那沁心的音乐会将我所有的烦恼带走。说走就走，一张票，一个背包，一台相机，一个人，再次去那里寻找那一份专属与我的关于萨尔茨堡的感动。

Risky You
奥地利·莫扎特雕像



火车到站的时候还是早上，那刻的天气并不好，浓稠的晨雾和阴沉的天空预示着即将来临的降雨，但是这并不会影响我的心情。我喜欢每到一个地方都学学当地人，看看他们喜欢做的事，找找他们喜欢看的景。我索性就直接来到一家咖啡店，静静地到店外小桌边坐下，大大的雨盖为我和小桌遮住了细雨；点一杯卡布奇诺，一份奥式甜点，一边享受那份安静的早餐，一边与当地人随意攀谈，尝试感受融入他们的生活。

作为喜欢“在路上”这种状态的人，如果还能在旅行中保持一颗不随波逐流的心，大概算是幸中之幸。虽然这个时代流行快节奏，但我更喜欢“慢精神”。时光不会催促，让旅行中的每一段时光成为经典，沉于心底。情愿当一只旅行的蜗牛，慢慢穿行在世界角落，轻松地向前，自由地行走。

因为心里一直存着上次的遗憾，我收拾好心情就开始登山前往城堡。大多数游客都是选择乘坐索道上山，但我因为要本着穷游的精神，所以就坚持徒步上山。对我来说，每一段旅程的终点在哪里其实并不重要，最享受的是路上看到的风景，遇到的人们和自己的内心。

登上城堡，回首俯瞰，萨尔茨堡一览无余。在山顶环望四周，这里有群山环绕，有细水长流，大气而又显得文雅，如此浪漫。俗语讲，一方水土养一方人，这样美的地方孕

育出那样伟大的一位音乐家似乎是合情合理了。直到日暮降临，我仍不想走，因为这里实在让我内心感到安宁，不由得沉醉其中。

第三次到萨尔茨堡其实是路过，并没有停留太久。那次是因为我要去寻找传说中最美的欧洲小镇哈尔施塔特（Hallstatt）。那里就像一处与世隔绝的世外桃源，如果没有准确的交通信息在手，担保任谁都会很容易迷路。

从萨尔茨堡去往哈尔施塔特需要转两次车，首先从萨尔茨堡火车站坐当地的区间大巴 150 路到巴德依舍（Bad Ischl），然后可以再搭乘 152 路大巴车或者火车前往哈尔施塔特，全程两个小时左右。经过亲身体验，我个人推荐直接坐大巴，因为火车是到达哈尔施塔特小镇的湖对岸，而汽车则是直接抵达小镇码头。

从萨尔茨堡坐车前往哈尔施塔特的一路上都风景如画，我的手根本就离不开相机，一心想把路上的所有景色都收入囊中。慢慢地，窗外的风景从大路变成乡村小道，我们也一路循流水而行终于抵达湖边。下车的时候，夜幕已经降临哈尔施塔特，天空变成一片深蓝，湖水变成一面镜子。那仿佛一世永恒的宁静是如此令人心动，令人不由得想要去珍惜，小心翼翼，不忍心弄碎。





哈尔施塔特是萨尔茨卡默古特地区的一个村落式湖畔小镇，背靠险峻的山壁，面朝翡翠色宝石般的湖泊，到处可见童话般清幽美好的民居；一排排临湖而建的木屋，在阳光照耀下格外引人注目。这些木屋在我眼里与中国江南民居非常相似，但墙壁、窗户、阳台等都采用木头作材料。海拔3000多米的山峰和清澈透底的湖泊成了这个小镇的点睛之笔：哈尔施塔特湖清澈见底，在高山峡谷之中，就像一条宽阔的蓝色绸带，与蓝天交相辉映。我沿着临湖小道漫步，时不时向远处望去，湖上泛起青烟，简直虽不是仙境却神似仙境。那一刻我突然想到《陋室铭》中曾有诗句云，“山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。苔痕上阶绿，草色入帘青”。有山有水有灵气，我想这里配上这一段古语实在是再恰当不过了。

走进镇子里，令人意想不到的，这里的居民似乎个个都是艺术家。每户人家的木门全打开着，里面展示并出售他们自制的各种手工艺品：麻线编的装饰品、民族娃娃、各种

陶制品……当然，最多也是最吸引人的要数木雕艺术品了，有可爱的动物卡通造型，也有现代感十足的生活物品，还有名人的雕像等。

哈尔施塔特不大，沿街走完小镇后，我寻思着趁还有几个小时，也许附近还有其他地方值得一看。果不其然，很快我就发现小镇背后的盐山就不失为一个选择。说走就走，我背着二十公斤的背包就开始向冲向顶峰。爬山持续了整整一个小时，尽管一路走走歇歇，我到最后仍然已经上气不接下气，疲惫不堪。但是在登上顶峰后，那种成功的喜悦和美境的陪伴，会让人觉得一切辛苦都值得。我一直相信，跋山涉水之后的风景才是最美的，付出之后能看到比别人更多的美。

我从奥地利回来后还一直还沉浸其中，回忆在每一个地方，每一条街道留下的足迹。我想，有些地方这一辈子我可能只会去一次，但这里我一定会再来。回见，奥地利！





GRAF VON FABER-CASTELL



典雅和完美的结合

雕刻精致的镀铂金笔杆原料采用深褐的非洲黑檀木，
亚光黑的乌木或者红褐色的巴西红木。
德国纯手工制作



萨尔茨堡夏季艺术节

作者：夏晔

萨尔茨堡夏季艺术节 **Salzburger Festspiele**，这个名称是为了区别于萨尔茨堡复活节艺术节。这个夏季艺术节又被称作萨尔茨堡音乐节，是每年七月最后一个周六，在萨尔茨堡举办，前后连续五周的夏季艺术盛会。萨尔茨堡夏季艺术节自创建开始，便一直秉承着呈现高水平演出，同时汇聚国际顶级艺术家，以及将传统与现代完美融合的特色，每年总是吸引数百万人次前往观赏。由于萨尔茨堡音乐节本身历史悠久、名声不坠，能够被邀请入列，绝对也是音乐家和艺术家的最高礼赞。表演的内容常包括音乐会、歌剧、话剧、电影、芭蕾舞等项目。

萨尔茨堡

在阿尔卑斯山北麓，歌剧作为一种音乐和戏剧类型，首次得以演出的城市就是萨尔茨堡。音乐和戏剧一直在这座城市找到舞台和观众，并且因此蓬勃地发展。

在萨尔茨堡夏季艺术节之前，萨尔茨堡大教堂就有举办演出宗教音乐的教堂节庆传统。在这样的节庆活动里就会有游行集会，还会化装演出中世纪的神秘剧和耶稣受难的场

景。后来这种传统发展为，展示宫廷礼仪风尚的巴洛克节庆。最终又形成了展示市民阶层音乐和戏剧文化的节庆舞台。

莫扎特

萨尔茨堡是音乐天才莫扎特的故乡。萨尔茨堡夏季艺术节的前身，就是为纪念这位伟大的音乐家而设立的音乐节庆。以演奏莫扎特作品为初衷，不定期举办以莫扎特作品为主题的音乐会。在1877-1910年间，一共不定期举行过八次。从马勒在这里指挥莫扎特的歌剧《费加罗的婚礼》后，这一节庆活动开始闻名于世，但很快因为第一次世界大战而停办。从1920年起，萨尔茨堡夏季艺术节，开始年年举行。除了经典的剧目《每个人》之外，夏季艺术节保留的传统主秀，仍然是以莫扎特为主题的音乐会。

马克思·莱恩哈特和胡戈·冯·霍夫曼斯塔

一战末期，在原有纪念莫扎特的音乐节基础上，构建一个大型艺术演出性节庆活动的想法开始孕育。除了演奏莫扎特音乐的团体想要在萨尔茨堡，复苏纪念莫扎特的音乐节之外，出身萨尔茨堡的导演马克思·莱恩哈特 Max



Reinhardt，首先在1917年在维也纳提交了艺术节设想的陈述。同样来自萨尔茨堡的作家胡戈·冯·霍夫曼斯塔 Hugo von Hofmannsthal，一直致力于宣扬奥地利文化。1919年，这位作家也发表了夏季艺术节的方针目标。

《每个人》“Jedermann”

1920年8月22日，由马克思·莱恩哈特执导，霍夫曼斯塔的创作的道德劝说话剧《每个人》“Jedermann”，在萨尔茨堡大教堂广场首次上演，为现代萨尔茨堡夏季艺术节拉开序幕。从此以后，这出戏便成为艺术节的保留招牌剧目。这出戏剧也在萨尔茨堡夏季艺术节形成了自己的演出传统。除了每年都会固定在大教堂广场演出之外，戏剧表演结束前，会有一声凄厉的“Jedermann”，这一句如同鬼哭神号的台词必须能响彻全城。而表演这出戏的话剧团会开放一个名额给当地的“尖叫冠军”，这位冠军便可以和演员们一起表演这句点题的台词。这场剧目因此也成了萨尔茨堡民众与夏季艺术节连结的纽带。

理查·施特劳斯

1922年起，由于理查·施特劳斯 Richard Strauss 对音乐节的贡献以及他本人与霍夫曼斯塔尔的关系，音乐节开始上演理查·施特劳斯的作品。20世纪60-90年代，卡拉扬统帅的柏林爱乐乐团在夏季艺术节的势头，基本压过了由著名指



挥轮流客串的维也纳爱乐乐团。前者就以上演理查·施特劳斯的音乐为主，后者则仍然坚守莫扎特传统。

赫伯特·冯·卡拉扬

1948年，一个直到今天，仍然与萨尔茨堡夏季艺术节密不可分的重要人物走到了前台：出生于萨尔茨堡的著名指挥家赫伯特·冯·卡拉扬 Herbert von Karajan。卡拉扬亲自领导与指挥音乐节长达30多年，使得萨尔茨堡夏季艺术节的名气扶摇直上，推动艺术节向国际化发展。卡拉扬1956年出任艺术节的艺术总监时说：“我将是一位独裁者”。尽管萨尔茨堡音乐节的历史可以追溯至1920年，甚至更早，但它是在卡拉扬33年的主管期间，才具备现今的影响力。虽然他于1964年卸任了艺术总监，成为艺术节管理委员会的一名普通委员，但萨尔茨堡夏季艺术节官方仍然称他为，“最后一位绝对统治者”。他在1989年去世之前，仍是夏季艺术节幕后的决策者。

萨尔茨堡音乐节大会堂

坐落在萨尔茨堡老城的萨尔茨堡音乐节大会堂 Grosses Festspielhaus，不仅仅是世界知名歌剧院之一，也是萨尔茨

堡夏季艺术节最重要的演出场地之一，卡拉扬的半胸像就立在这座音乐节大会堂之前。这个大会堂能容纳2200名观众，舞台宽度达到100米，使它成为世界上最大的歌剧院之一。大会堂于1956年动工，由建筑师克莱门斯·霍茨麦斯特 Clemens Holzmeister 设计建造。萨尔茨堡音乐节大会堂的所在地，连同周边的莫扎特之家 Haus für Mozart（之前的音乐节小会堂 Kleines Festspielhaus，主要为莫扎特曲目的演出地，也是19世纪最著名的歌剧院），都隶属于原来皇家马厩的范围。新大会堂的建造，完好保存了原来皇家马厩的外墙，合并进了新大会堂的建筑体，并用马赛克拼贴马头像，来装饰地面。

1960年7月26日，卡拉扬亲自主持了大会堂的落成典礼，并指挥了当晚演出的歌剧《玫瑰骑士》“Der Rosenkavalier”。这出歌剧由理查德·施特劳斯作曲，歌剧剧本的创作者就是胡戈·冯·霍夫曼斯塔，而这出歌剧首演的秘密监制据传就是马克思·莱恩哈特。这样一出歌剧的演出，就得以致敬和连贯了，对于萨尔茨堡夏季艺术节的最重要的四位人物。





苹果之路：天堂般的水果享受

一眼望去，无尽的果园，无数的开花果树，长达 25 公里的苹果之路（Apfelstraße）是奥地利东施泰尔马克（Oststeiermark）的天堂。凯尔特人曾在两千多年前在这里生活，他们给当地的名字是 Avalon，意思是苹果之国。

从格莱斯多夫（Gleisdorf）到魏兹（Weiz）的普赫（Puch），在一家家农庄的后面种植着一眼望不尽的苹果树。春天的苹果树枝头开满了淡粉色的苹果花，到了秋天苹果就挂满了枝头，沉甸甸的树枝垂下来。

施蒂里亚苹果之路（Steirische Apfelstraße）在 1986 年由约四十家水果种植农联合组成。最初的理念是增强当地的经济实力，让人们在水果种植有更直接的了解。因此有了这条长 25 公里的苹果之路，从格莱斯多夫开始，沿着公路 B54 向五个乡镇延伸。苹果之路上，游客可以享受新鲜水果、果子酒、苹果汁、苹果白兰地和烧酒以及多样的苹果产品。苹果之路的中心是魏兹地区的普赫。

除了苹果，梨树也不少，威廉姆·克雷斯特（William Christ）梨尤其用于水果白兰地。不知道你有没有见过梨子白兰地酒瓶中的梨，是不是有过这样的疑问：梨怎么经过窄窄的酒瓶口进到瓶子里面？在苹果之路有个小村庄，叫克莱特恩多夫（Klettendorf），在那里终于可以找到这个问题的答案，了解这个特产如何制作。梨树开花后，小小的梨果实长出来，酒瓶套在梨上，通过精密的设备，让梨能在酒瓶中继续成长。

这么多苹果，自然少不了苹果烧酒 Abakus。每年，经过古老的传统后，二十三位男士被选出来成为苹果男士（Apfelmänner），穿着专门的深色僧侣服来制作这款将苹

果之美达到极致的苹果烧酒。苹果男士是水果种植者，致力于保护和推广苹果的发展，需要经过几轮甄选。这种苹果烧酒每年只生产 1444 瓶，每瓶的价格 104.44 欧。

烧酒的配方和制作方法是秘而不宣的秘密。能公布的只有这些：八月份的第一个周日，普赫庆祝水果种植者的保护神圣奥斯瓦德（Oswald）。十五位苹果男士聚集到一起，拉着马车去摘苹果。12 月 29 日，苹果男士再次聚在一起，将酿造的苹果烧酒从酿酒厂送到仓库储存。苹果烧酒要先由普赫教堂的牧师赐福，再将酒桶送去苹果之屋封印并储藏。

苹果烧酒（Abakus）

网址：www.abakus-puch.at

位于魏兹的普赫是苹果村，位于苹果之路上。苹果之屋（Haus des Apfels）是苹果博物馆，一切都关于苹果，收获、运输、神话、艺术和民俗。每年四月的最后一个星期日，在开花的苹果树下庆祝苹果花节（Apfelblütenfest）。等到了苹果收获的时候，坐着马车或者拖拉机参加苹果体验之旅，穿梭在水果园和餐厅之间，咬着新鲜苹果，吃着各色苹果餐点，从苹果汤到苹果炖肉到最后的苹果派。

苹果之屋（Haus des Apfels）

地址：Harl 25, 8182 Puch

对了，有一种苹果叫做阿诺德（Arnold），得名于出生于当地的影星施瓦兴格。由此可见，苹果不仅能让你健康，还能让你更好、更高、更强。

Foto: © Österreich Werbung / Horvath Manfred

花香果香的奥地利之旅

日本的春天飘满了樱花，奥地利的春天也是满眼望去一片花海。不过，花海过后，夏天有新鲜好吃的水果吃，之后将水果做成果酱、果汁、水果酒，将春夏的美好保存下来。感兴趣了吗？跟着我们来一趟奥地利的花香果香之旅吧。

三月底四月初，奥地利果园中果树纷纷绽放开花，从中国移植的杏树首当其冲。来到瓦豪（Wachau），沿着多瑙河，十万棵杏树枝头开满了白色的杏花，空气中弥漫着淡淡的杏花香。骑着自行车或者散步，沿着瓦豪杏子之路（Wachauer Marillen Erlebnis g）走下去，欣赏缀满杏花的多瑙河会是很好的体验。如果是喜欢坐船游河的人，自然不能错过多瑙河的瓦豪环游，四月和十月每周四到周日，从克雷姆斯（Krems）出发，多瑙河边的杏树给多瑙河增添了几分俏丽。从七月份开始，新鲜的杏子就可以收获了，也许没机会看到多瑙河边杏子挂枝头，但是瓦豪的大街小巷各种杏子美食绝对不能错过，奥地利的甜杏丸子（Marillenknoedel），杏子果酱，杏子白兰地、杏子利口酒和杏子香槟，你有吃过这么多杏子美味吗？

Wachau 杏子体验之路（Wachauer Marillen Erlebnisweg）
出发点：Weinhaus Aufreiter（Dorfstrasse 34, 3506 Krems-Angern）
长 4.5 千米，时长 1-2 个小时
时间：三月到十月
网址：www.marillenweg.at

杏花盛开没有几天，就是樱花绽放的时候。奥地利北部的布尔根兰州（Burgenland）的雷德堡（Leithaberg）地区以他们的樱花出名，而且是十五种不同的樱花树。多纳斯科尔辛（Donnerskirchen）、普尔巴赫（Purbach）、布赖滕布伦（Breitenbrunn）、韦德恩（Winden）和乔伊斯（Jois）等地都能看到美好浪漫的樱花纷飞。多纳斯科尔辛的教堂（Wehrkirche）可以欣赏满眼的粉红樱花，从这里开始一个半小时的樱花之路，五月份到六月份之间，漫步在樱花之中，喜欢浪漫的人绝对不能错过。

奥地利最受欢迎的水果，毫无疑问是苹果。奥地利人每年平均吃掉二十八公斤苹果。四月份苹果花开，秋季收获苹果。东施泰尔马克（Oststeiermark），拉旺特谷（Lavanttal），上因河谷（Oberinntal），布拉莫堡（Bramberg）和库克米恩（Kukmirn）等苹果产区从苹果上市开始就有各种特色的苹果菜肴，除了苹果卷（Apfelstrudel）之外，苹果烤鸡、苹果兔肉乱炖、苹果猪排等苹果特色菜都能在这些地方的餐厅中吃到。至于饮料，苹果香槟、苹果白兰地、苹果利口酒，还有非常受奥地利人欢迎的苹果酒“Most”。最贵的苹果烧酒“Abakus”一瓶 104.44 欧，一年只生产 1444 瓶，由二十三位挑选出来的苹果男士（Apfelmänner）穿着僧袍按照古老的传统和仪式来制作。



有了苹果怎么能少了梨——普拉（Pöllau）山谷和莫斯特威尔特尔（Mostviertel）是奥地利最好的梨子种植区。当地有这样的俗语：“梨子长的好的地方，人过的也舒服”。梨子和梨子酒入菜，配上当地清新的空气，漫山遍野的梨树和果园，让本来就美味的梨子美食和梨子酒更好吃。阿尔达格（Ardagger）修道院的梨子酒屋（MostBirnHaus）以他们的梨子酒体验之旅和梨子酒美食出名，梨子酒布丁和梨子酒炖牛肉不仅好吃，还易消化。

MostBirnHaus

地址：Stift 14, 3321 Ardagger Stift

网址：<http://www.mostbirnhaus.at>

还没看够杏花、樱花、苹果花和梨花的话，七月份还可以在瓦尔德威尔特尔（Waldviertel）的罂粟田欣赏各色妖艳的罂粟花。黄色、紫色、白色、红色的罂粟花也许很难和灰色美味的罂粟籽联系起来，不过，罂粟籽（Mohn）常常被用于烘焙蛋糕、制作丸子和面条。阿姆施拉克（Armschlag）是奥地利有名的罂粟籽村，整个村子都跟罂粟籽有关，吃有罂粟籽菜单，住有罂粟籽公寓，每一分钟都能享受罂粟籽独特的魅力。

罂粟籽村 Armschlag

地址：Mohndorf Armschlag, 3525 Sallingberg

网址：<http://www.mohndorf.at/>

Foto: © Österreich Werbung / Wiesenhofer & Semrad & Wolfgang Schardt



奥地利的咖啡文化：咖啡馆、烘焙坊和咖啡吧

摩卡、牛奶咖啡、咖啡对于奥地利来说，就像阿尔卑斯山和莫扎特一样重要。传统的咖啡馆、专业的咖啡烘焙坊和嬉皮的咖啡吧都是咖啡爱好者的咖啡因之旅的必到之处。

说到奥地利对咖啡的贡献不能忘记冷咖啡的诞生。维也纳有这样的传说：巴洛克时期，维也纳的贵妇在喝热咖啡的时候会毁掉她们精致浓重的妆容，因此在18世纪就有了冷咖啡。

奥地利咖啡馆

奥地利与咖啡的故事开始于一个土耳其人科尔施茨基先生。1683年，土耳其围攻维也纳，科尔施茨基潜入土耳其军营为维也纳侦探敌情。维也纳人战胜后，科尔施茨基得到的战利品是一袋当时仍是未知物的豆子，也就是我们今天所熟悉的咖啡豆。不久之后，第一家咖啡馆在维也纳开张。如今，奥地利有超过1.5万家咖啡馆，奥地利人每年平均消费126升咖啡，是欧洲最爱喝咖啡的人。

奥地利咖啡馆提供名目众多的咖啡，很多咖啡名对于咖啡爱好者来说也比较陌生，不仔细阅读咖啡馆的菜单介绍，恐怕很难知道 Melange, Verlängerter, Sperrl 到底是什么。能想象咖啡、蛋黄和白兰地的搭配吗？事实上，这种诡异的搭配却十分协调，味道出色，想要尝试的话不要忘记他的名



字: Kaisermelange。另外一个奥地利创新咖啡 Oilesso 开启了咖啡香味的新境界。摩卡加入打发的奶油,听起来很普通?下面重点来了,往咖啡中点入几滴高质量的植物油,如杏仁油,李子籽油,葡萄籽油。Oilesso 咖啡在咖啡的苦味里带来一丝水果的香味。

咖啡烘焙坊 咖啡豆现磨

Santo Domingo, Jamaica Blue Mountain, Haiti Blue Pine 这些世界级咖啡豆和咖啡都能在奥地利的咖啡之旅中找到,奥地利的咖啡烘焙坊提供世界各地的咖啡豆,烘焙坊自制的混合咖啡,或者自己特选咖啡豆现场烘焙,整个烘焙坊甚至老远就能闻到咖啡的香味。维也纳的咖啡烘焙坊 Alt Wien 相当有名,提供来自世界各地的咖啡豆,尤其是稀有的咖啡豆。每天几次新鲜焙坊咖啡豆,亲手挑选咖啡豆、包装、销售咖啡豆。烘焙坊中的小咖啡馆可以让客人现场品尝新鲜制作的咖啡。

咖啡馆:最潮的喝咖啡地方

目前,奥地利最热的咖啡风潮是咖啡馆。和传统的咖啡馆不同,咖啡馆不仅能喝咖啡,还能现场烘焙咖啡、磨咖啡豆。维也纳的咖啡馆 Caffè a Casa,坐在酒吧高脚椅上喝咖啡,带一袋现磨咖啡回家。咖啡工厂(Kaffeefabrik)只有五张桌子,听起来好像很弱,但是对于咖啡狂热者来说,却是喝咖啡的好去处,这里的咖啡机 Faema E61 是咖啡机中的劳斯特斯。萨尔茨堡的咖啡馆 220 Grad 能吃到美味的早餐,现烤的咖啡豆煮成的鲜咖啡,还提供咖啡课程。格拉茨(Graz)也有概念相似的咖啡馆连锁店 Tribeka,名字是喝好咖啡的缩写,在格拉茨有三家分店。

Caffè a Casa

地址: Servitengasse 4A, 1090 Wien
时间: 周一至周五 8:00 到 18:00, 周末 9:00 到 17:00
网址: www.caffeacasa.net

Kaffeefabrik

地址: Favoritenstrasse 4-6, 1040 Wien
时间: 周一至周五 8:00 到 18:00, 周六 11:00 到 17:00
网址: www.kaffeefabrik.at

220 Grad

地址: Chiemseegasse 5, 5020 Salzburg
时间: 周二至周五 9:00 到 19:00, 周六 9:00 到 18:00
网址: www.220grad.com

Tribeka

地址: Grieskai 2, Technikerstraße 13, Leonhardstraße 82
网址: www.tribeka.at

咖啡博物馆

还想更多的了解奥地利的咖啡,维也纳咖啡博物馆(Wiener Kaffemuseum)是个好去处。埃德蒙德·麦尔(Edmund Mayer)是维也纳咖啡专家,博物馆是他的私人咖啡收藏,咖啡机、咖啡磨等咖啡藏品。博物馆的镇馆之宝是 1820 年真空蒸馏瓶,贝多芬曾经用它煮咖啡。如果幸运,遇到埃德蒙德·麦尔在博物馆,他会给游客上一堂生动有趣的咖啡历史课。

Kaffemuseum Wien

地址: Vogelsanggasse 36, 1050 Wien
时间: 周一至周四 9:00 到 18:00, 周五 9:00 到 14:00。
七月和八月闭馆
网址: www.kaffemuseum.at

小贴士: 奥地利的特色咖啡

Brauner: 黑咖啡加奶

Fiaker: 黑咖啡加樱桃烧酒或朗姆酒,点缀上樱桃

Franziskaner: 摩卡咖啡加热牛奶、奶油和巧克力碎

Intermezzo: 小杯摩卡加热巧克力和可可奶油,点缀奶油和巧克力

Kapuziner: 小杯摩卡加牛奶,直到颜色和 Kapuziner 修士棕色的僧侣袍颜色一样

Kosakenkaffee: 小杯摩卡加红酒、伏特加和糖浆

Kurzer: 摩卡加少量的水

Maria Theresia: 小杯摩卡加香橙利口酒和葡萄白兰地和两勺蔗糖,点缀奶油和糖

Mazagran: 冷咖啡加入 Maraschino 甜酒,糖浆和冰块

Meisterkaffee: 咖啡加葡萄白兰地

Melange: 半杯摩卡半杯奶泡的牛奶咖啡

Schwarzwälder Kaffee: 小杯摩卡加黑森林樱桃和半打发的牛奶

Sperl: 早餐咖啡,不同咖啡馆有自己的特色

Verlängerter: 小杯摩卡加热水,或茶杯装的小摩卡加奶泡





葡萄疗法 在奥地利享受葡萄的全方位滋养

葡萄酒不仅好喝健康，还能美容。早在古希腊时代，人们就饮用葡萄汁来缓解发烧和胃病。到了中世纪，贵妇们使用冷榨的葡萄籽油来护肤，让皮肤柔软娇嫩。如今，葡萄不仅仅能吃，能喝，还能做 Spa，护肤。这就是如今流行的 Vinotherapie——葡萄疗法，十年前从法国起源，风行世界。

葡萄疗养

提起葡萄疗法（Vinotherapie），首先想到的自然是喝葡萄酒，泡红酒浴。不过，这只是表层的，在家里也能自己进行。专业的葡萄疗法主要靠的是从葡萄籽提取的精华素的神奇功效，对健康、美容和个人幸福感都有帮助。除了葡萄籽油和葡萄籽粉，葡萄汁和酿葡萄酒剩下的葡萄果渣也有益健康。

葡萄疗法怎么了少了葡萄？葡萄在疗养中两用：外用和内服。葡萄外用指的是通过葡萄酒浴、葡萄籽油按摩、葡萄果渣面膜的方式让皮肤吸饱水，使皮肤更光滑细致。葡萄外用皮肤治疗适合各种皮肤，老化皮肤和干燥皮肤能借此再生新皮肤，年轻皮肤则能预防皮肤老化和细胞损坏。在享受皮肤 Spa 的同时，还伴随着美味的葡萄食品来内服，让身体从里到外都能吸收葡萄的营养。比如，葡萄籽面烘培的饼干，使用葡萄籽油的 Dressing 搭配的沙拉，葡萄干制成的果茶，当然不能忘了一杯冰镇的葡萄酒。葡萄籽含有 OPC 抗氧化剂，抗氧化，保护免疫系统，预防细胞老化。研究证明，葡萄籽提取物 OPC 对心脏和血液循环系统有帮助，预防癌症和皮肤老化。

尽管很多研究证明了葡萄酒和葡萄籽的功效，葡萄疗法在严格意义上并没有得到科学证明。不过，毫无疑问，葡萄疗法让人感觉更好。

Loisium 酒店：葡萄疗法的最高境界

奥地利是葡萄酒的国度，很多地区都有大片大片的葡萄园。坐落在奥地利最好的白葡萄酒地区 Kamptal 和 Südsteiermark，Loisium Wine & Spa Resort 在现代建筑 and 设计的屋檐下提供了葡萄酒和 Spa 的融合体。Loisium Langenlois 和 Loisium Südsteiermark 给当地的葡萄酒业提供了一个新式的平台，展示当地的葡萄酒、葡萄酒庄和葡萄园，结合葡萄疗法和 Spa，造就了独特的葡萄酒体验。

纽约建筑师 Steven Holl 设计了 Loisium 酒店，将高档现代的建筑设计与奥地利葡萄酒生活方式相结合，使 Loisium 酒店成为了当地的标志性建筑。

Loisium 的葡萄酒 Spa 是奥地利独一无二的葡萄疗养圣地。雅诗兰黛集团旗下的奥地利品牌 Aveda 与 Loisium 酒店合作，专门为酒店开发了葡萄酒治疗和系列产品。按照严格的生态种植原则，产品使用当地的葡萄产品，葡萄籽用于去死皮，葡萄籽油用来按摩，使用新鲜的葡萄来做面部护理。抗衰老也是葡萄酒 Spa 的重点，不同的抗衰老项目，包括抗衰老产品、护理、按摩。



Loisium 葡萄酒体验世界和酒窖就在 Loisium Langenlois 酒店几步远。Loisium 在 2003 年创办了葡萄酒体验世界，成为了奥地利南部的葡萄酒和葡萄酒文化中心。坐落在奥地利最大的葡萄酒种植区 Kamptal，Loisium 葡萄酒体验世界和酒窖完美的融合了世界级现代建筑，地下神秘的葡萄酒酒窖和传承的葡萄酒制造工艺。

到葡萄酒体验世界的参观者中心，开始一场 90 分钟的葡萄酒之旅，走过 900 年历史的葡萄酒酒窖，葡萄酒工坊的车间和葡萄酒商店，全方位体验葡萄酒。在参观者中心，可以了解到葡萄如何变成葡萄酒，天气、月亮和土地对葡萄酒的影响，100 年前的葡萄农如何生活，葡萄酒有哪些传说等等。随后去往 Steiniger 酿酒厂，认识现代葡萄酒的制造工艺。10er Haus 是古老的巴洛克风格的葡萄农住房，亲身体验过去的葡萄农家庭的生活，在这里的仓库还有木桶制造工艺的展示，打造葡萄酒木桶这个工艺如今已经几近消亡。

另一个亮点是 Steiniger 家族的香槟酒酒窖，按照年份和种类，使用高质量的葡萄酒按照传统的酿造方式来发酵香槟酒。观看一段香槟酒生产的电影，了解这种气泡的液态美味。

葡萄酒之旅到 Loisium Genuss Shop 走到重点，在结束之前，游客能够进行葡萄酒品酒，小孩子则是喝葡萄汁。如果喝葡萄酒让人有些饿了的话，Kamptal 当地的特色美食是葡萄酒的天然绝配，面条、Pesto、果酱、香草、调味料、油和醋都是葡萄酒菜单的必要成分。葡萄酒书籍、葡萄酒装饰品、葡萄酒杯都是送给葡萄酒爱好者的不错礼物。

来到这里怎么能不带几瓶葡萄酒回家？Loisium 的酒窖收藏了南奥地利最好的葡萄酒，人们在这里能找到自己心爱的葡萄酒，现场试饮并且在酒窖享受自己挑中的葡萄酒。另外，这里还提供葡萄酒课程，学习一切与葡萄酒有关的知识。奥地利南部以白葡萄酒出名，但也有出色的红葡萄酒。酒窖每天提供 50 多种开瓶的葡萄酒，供人现场试喝。



喜欢香槟的人可以在 Loisium 香槟酒酒窖里找到南奥地利最好的香槟酒。

除了葡萄酒 Spa 和葡萄酒体验之旅之外，近在眼前的葡萄酒花园让人一天二十四小时身处美好绿色的葡萄园之中。坐在自己的房间中，在酒店游泳池、酒店餐厅中，放眼望去都是葡萄园。

Loisium Wine & Spa Resort

Langenlois 地址：Loisium Allee 2, 3550 Langenlois

Südsteiermark 地址：Am Schlossberg 1a, 8461 Ehrenhausen

网址：www.loisium.at

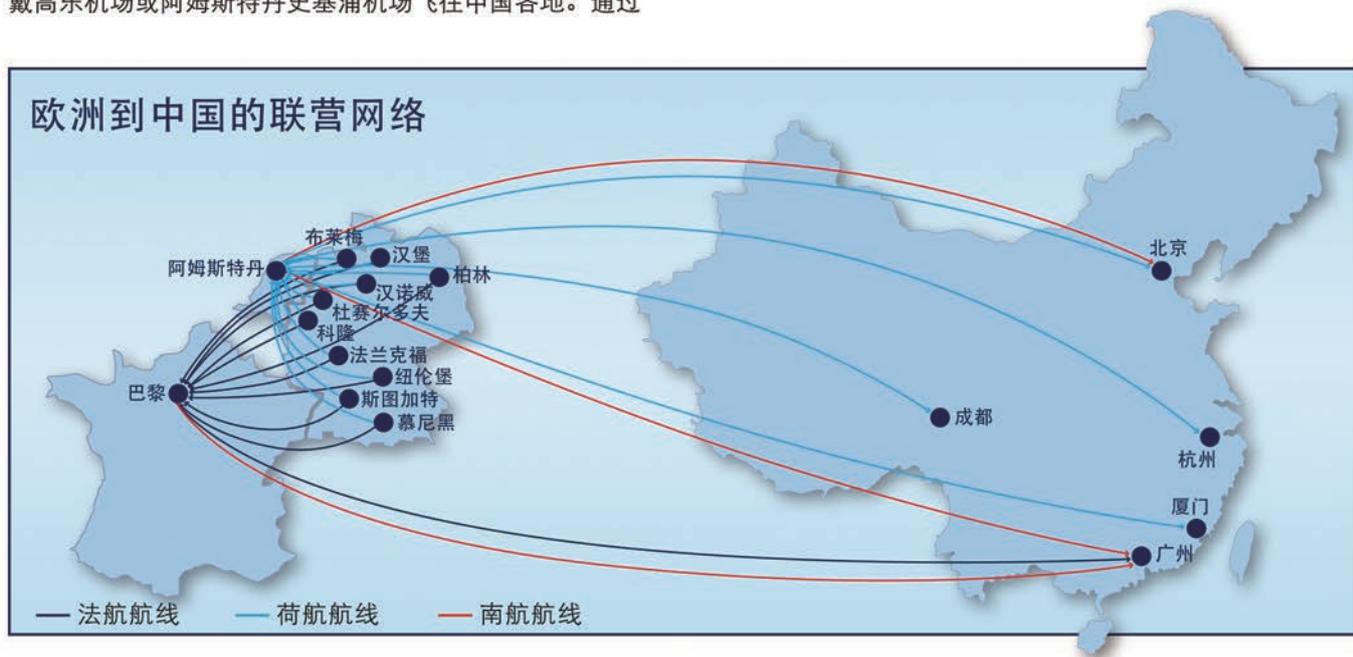
Foto: © Loisium Hotel



南航和法荷航的联营网络 —让到达中国更加便捷

通过中国南方航空，法国航空和荷兰皇家航空的联营航线网络和联盟合作，您将可以轻松地从德国10个机场经巴黎戴高乐机场或阿姆斯特丹史基浦机场飞往中国各地。通过

您的亲身感触，以及南航，法航和荷航独特服务，我们将带给您一个独特而难忘的旅行



中国南方航空 - 感受中国式的热情

乘坐南航阿姆斯特丹 - 北京，阿姆斯特丹-广州和巴黎-广州航班，舒适先进的A330-200型客机将为您提供四种舱位。无论是头等舱，公务舱，豪华经济舱或经济舱，您在每一个舱位都可以享受专属的娱乐系统及周到的机上服务。您可以通过南航在广州和北京的枢纽及密集的航线网络到达国内各地，或者到澳大利亚和新西兰旅游。

法国航空 - 法国式旅游体验

乘坐法航公务舱感受典雅的氛围和法国式的贴心服务。在乘坐豪华经济舱出行时，您将感受到那句座右铭“比经济舱更舒适，比商务舱更便宜”，这个产品可为您提供优惠的价格及比经济舱多40%以上的腿部空间。

荷兰皇家航空公司 - 无比便捷的阿姆斯特丹转机体验

凭借阿姆斯特丹史基浦机场便捷的中转，荷航使您更加轻松地德国飞往中国。在航站楼一个终端的理念下，史基浦机场的中转耗时很少。如果您还有更多的时间，您将会发现史基浦机场的众多娱乐选择，博物馆，赌场，图书馆，水疗中心和一个儿童游乐区，为您的旅行添加更多快乐。



绝美斯奈山半岛，通往地心的门户

图 / 文：jazzland

冰岛是一个充满魔力的地方。距离我完成如梦似幻般的冰岛环岛之旅已快半年时间，但这一路收获美丽而震撼的风景早已深植心底，足以用一生去回味。就像一颗种子在心里生根发芽，时间越长，冰岛对你的影响就越大，你对冰岛的思念就越深，仿佛有一股神奇的力量吸引你再次回到那片土地。或绝美风光，或诡异地貌，或独特人文，或巧闻趣事，一切关于冰岛的记忆，绝不会被时间冲淡，反而会日渐清晰。

冰岛，可不只有荒凉。盛夏八月，有一处的绝美之地，苍翠与苍茫共生，惊险与惊艳并存，它叫斯奈山半岛（Snæfellsjökull）。

冰岛之旅，始于斯奈山半岛

从首都雷克雅未克出发顺时针自驾环游冰岛，驱车途径斯奈山半岛一带，一片片平坦的草原逐渐映入眼帘。以这种生机勃勃的画面开启的冰岛之旅，让人心情格外舒畅，也让我更加期待而后沿途的多样美景。沐浴在晨曦中的静谧美景逐一显现，奇幻苍凉的群山、清澈明静的湖泊、广阔苍翠的草原、英俊和善的冰岛马... 湖光山色、朝霞泛金，伴着橘色的阳光前行，尽管车窗外的气温极低，但心却无比温暖。斯奈山半岛沿途的各色美景随着车轮前移不断变换，就像在欣赏一部震慑人心的风光大片。





冰岛缩影，地心门户

斯奈山半岛位于冰岛西部，靠博尔加内峡湾山谷（Borgarfjörður）的左侧，是一处从冰岛大陆往北大西洋延伸的狭长半岛，这个长度不到 100 公里，形状就像一支握紧拳头的手臂。半岛地质多变、风光多样，有高山湖泊、冰川火山、悬崖峭壁、绿地苔原... 景色壮丽，变化多端，几乎展现了冰岛所有的地质地貌奇观，被誉为“冰岛缩影”。这里巧夺天工、出神入化的自然景观，使其成为冰岛乃至欧洲第一个认证的“绿色地球区”，法国著名科幻小说家凡尔纳更在名作《地心之旅》中将斯奈山半岛喻成通往地心的门户。

斯奈山冰川

从雷克雅未克往西北沿着 1 号公路驶入 54 号公路，便能开启长达 240 公里的环半岛奇幻之旅。斯奈山冰川是整个半岛的灵魂，因为车辆行驶在半岛上，大都能看到这座位于半岛远端高达 1400 米的千年冰川，相传在上世纪 90 年代，在冰川上曾发现疑似外星人的足迹，一些离奇的现象让人们相信斯奈山冰川拥有超自然的能量和磁场，也吸引了越来越多的猎奇之士纷沓而至，来此守候外星人的再度降临。而直到现在，虽都未见外星人踪迹，但斯奈山冰川却声名鹊起，成为户外运动爱好者冰岛探险的热门之地，也是吸引无数游客造访斯奈山半岛的魅力所在。



冰岛杀人狂

Axlar-Björn, 16世纪居住于斯奈山半岛, 这个至今仍是令冰岛人闻风丧胆的杀人狂魔, 坊间流传有许多关于他的传说, 其中一个版本称其杀人不眨眼, 一次杀了18个人之后还用斧头将尸体砍成18块, 理由是源于他前一晚梦见自己吃了18块肉。后来此人被捉拿归案后斩首示众。

奇幻黑沙滩

斯奈山半岛的另一处奇观是位于半岛西南角的Djúpalónssandur黑沙滩和悬崖, 这里悬崖峭壁、怪石嶙峋, 面朝海浪翻涌的北大西洋, 人站在悬崖边缘, 俯瞰下面黝黑的火山石, 仿佛置身于地心的入口, 有种“陆地在这里结束, 海洋从这里开始”的奇幻之感。迎面吹拂的大西洋冷风更营造了一种“高处不胜寒”的孤寂苍凉之感。然而定神细看会发现底下黑岩石聚集了不少海鸟, 温暖的岩壁为众多海洋鸟类提供栖息的港湾, 自然也成喜欢“打鸟”的摄影师天堂。一位白人摄影师, 独自顶着寒风, 端着“长枪”, 静静守候着盘旋在悬崖峭壁边缘的海鸥, 噼噼啪啪的快门声, 也成了此刻最刺耳的声响。

地标教会山

斯奈山半岛北部的教会山(Mount Kirkjufell)则是半岛居民心中的神山, 这座山虽只有450米高, 却因为其独特的外形和绝美的周边环境被视为半岛地标式景观之一, 同时也是国家地理杂志的摄影师票选为“冰岛是世界上最美国家的27个理由之一”。





北威州的那些世界文化遗产

北威州是德国人群最密集的联邦州，用“密集”来形容北威州最为合适。城市密集，旅游景点也集中在一起。在德国 39 个世界文化自然遗产中，北威州有五个文化遗产：科隆大教堂、亚琛大教堂、布吕尔的奥古斯都堡与猎趣园、埃森的关税同盟矿区和科维修道院。

科隆大教堂：北威州的象征

科隆大教堂在 1996 年加入了世界文化遗产，其实算是北威州中较年轻的文化遗产，但因为科隆大教堂太有名了，反而成为了北威州的旅游第一景点，更不用说，科隆大教堂是德国排名第一的名胜景点。

科隆大教堂（Kölner Dom）是欧洲哥特式建筑的杰作和欧洲最有名的大教堂。科隆大教堂在 1248 年动工兴建，1530 年因资金短缺而停止修建。到了 1842 年，教堂重新开始建造，直到 1880 才彻底完成。经历了两次世界大战，科隆大教堂的外部遭到毁坏，但内部的珍品保存完好。

科隆大教堂最有名的珍品是东方三圣人的遗骨圣龕。他们的遗骨在 12 世纪从米兰运到了科隆，使科隆大教堂成为了天主教和基督教最重要的朝圣地之一。科隆大教堂的珍宝馆（Schatzkammer）收藏了众多无价之宝，包括彼得权杖和彼得项链以及欧洲已知最古老的大型雕塑作品格罗十字架（Gerokreuz）。

每年有六百多万人参观的科隆大教堂，总是德国最受欢迎排名前三的景点。在科隆，除了参观教堂之外，还有很多

活动可以参加。夏季每个周二举行的管风琴音乐会，或者从九月至次年六月每月一次在三王圣龕前进行的合唱团演出。

科隆大教堂

地址：Domkloster 4, 50667 Köln

时间：

科隆大教堂：11 月—4 月 6:00 至 19:30，

5 月—10 月 6:00 至 21:00，

周日和节假日 13:00 至 16:30

珍宝馆：10 点—18 点，11 月 11 日闭馆

钟楼：11 月—12 月 9:00 至 16:00，

1 月—02 月 9:00 至 16:00，

11 月 11 日闭馆。周日和节假日的钟楼电梯到 12:30 关闭

票价：

珍宝馆：票价 5 欧，学生 2.5 欧

钟楼：成人 3 欧，学生 1.5 欧

组合票价（包括珍宝馆和钟楼）：成人 6 欧，学生 3 欧

网址：www.koelner-dom.de

亚琛大教堂：追溯查理大帝

亚琛大教堂（Aachener Dom）在 1978 年正式被列入联合国教科文组织世界遗产名录，是德国的第一处世界遗产。亚琛大教堂无论是在建筑史还是艺术史上都具有非凡意义，它是欧洲保存最好的法兰克王朝建筑。

查理大帝（Karl der Große）在 800 年左右将亚琛（Aachen）定为帝都，动工兴建了亚琛大教堂。查理大帝在 814 年去世后在教堂埋葬。奥拓一世（Otto I.）于 936 年在这里加冕成为德意志帝国皇帝，自此之后的六百多年中有三十位德国皇



帝在这里加冕称帝。查理大帝的石棺停放在哥特式唱诗班大厅中的皇帝宝座旁边。

亚琛大教堂的珍宝馆中收藏了欧洲最重要的教堂珍宝，皇帝、国王和信徒在 1200 多年里给教堂捐助了众多珍贵文物。珍宝馆就位于大教堂回廊中，收藏有来自古希腊罗马晚期和中世纪时期的珍贵文物。其中包括局部镀金的查理半身像和公元 1000 年左右制成的洛塔尔圣十字架，这枚十字架如今在重大节日会作为礼拜仪式的圣物展示。

亚琛大教堂

地址：Domhof 1, 52062 Aachen

时间：

教堂：4 月—12 月 7:00 至 19:00，1 月—3 月 7:00 至 18:00

珍宝馆：4 月—12 月 周一 10:00 至 13:00，周二—周日 10:00 至 18:00；1 月—3 月 周一 10:00 至 13:00，周二—周日 10:00 至 17:00

票价：珍宝馆成人 5 欧，学生 4 欧

网址：www.aachendom.de

奥古斯都堡与猎趣园

莱茵小城布吕尔（Brühl）位于科隆和波恩附近，小城的奥古斯都堡与猎趣园（Schlösser Augustusburg und Falkenlust）是德国众多王宫的榜样，将建筑、雕塑、绘画与园林艺术完美交融，造就了一流的整体艺术景观。凝聚着洛可可精华的奥古斯都堡与猎趣园和巴洛克式园林景观一起在 1984 年被列入联合国教科文组织世界文化遗产名录。

奥古斯都堡（Schloss Augustusburg）的王宫花园是世界级的巴洛克花园杰作，法国园艺的精致奢华结合英式花园的乡土自然。科隆选帝侯和大主教克莱门斯·奥古斯特（Clemens August）在 1725 年开始修建他的夏季行宫——奥古斯都堡（Schloss Augustusburg），通常简称为布吕尔宫（Schloss Brühl），整个工程耗时超过四十年。

距离奥古斯都堡几步之遥，在僻静的小树林边缘坐落着别具一格的猎趣园行宫（Jagdschloss Falkenlust），供大主教和贵族人等在这里狩猎。一条林荫路连接着两座宫殿。

奥古斯都堡自 1949 年起一直是德国联邦政府和总统的接待用地，直到德国首都迁到柏林。如今，奥古斯都堡与猎趣园面向公众开放。

奥古斯都堡与猎趣园

地址：

奥古斯都堡（Schloss Augustusburg）：

Parkplatz Max-Ernst-Allee, 50321 Brühl

猎趣园（Schloss Falkenlust）：An Schloss Falkenlust, 50321 Brühl

时间：

王宫：周二—周五 9:00 至 12:00 和 13:00 至 16:00，

周末 10:00 至 17:00

花园：11 月 1 日—1 月 31 日 8:00 至 17:00

票价：

奥古斯都堡：成人 6 欧，学生 4 欧

猎趣园行宫：成人 4.5 欧，学生 3 欧。猎趣园必须在向导下参观，可租用中文、德语和英文等 Audioguide，团组向导票价 50 欧。

票价：成人 9 欧，学生 7 欧

网址：www.schlossbruehl.de

关税同盟煤矿：鲁尔区的文化遗产

关税同盟煤矿（Zeche Zollverein）是世界上有名的工业景点，在 2001 年获得了世界文化遗产的头衔。关税同盟煤矿工业区在 1847 年到 1986 年期间是世界上最大、最先进的煤炭运输系统，包含五个矿井、炼焦厂、研石山等设施。关税同盟煤矿工业区完整保留着鲁尔区历史上煤矿的基础设施，见证了鲁尔区过去一百多年中曾经作为当地支柱工业的煤矿业的兴起与衰落。

煤矿最有特点的景观是 XII 号矿井井架，被称为“鲁尔区的埃菲尔铁塔”，井架始建于 1928 年，于 1932 年建成投产，

曾经是欧洲最大的矿井之一。该矿区建成时，被誉为世界上最现代，最优美的煤矿建筑群。

1986年，关税同盟煤矿最终停产。1998年，关税同盟基金会 (Stiftung Zollverein) 成立，致力于对工业建筑群重新利用并加以保护。如今这里已成为鲁尔区的文化中心，同时也是展现采矿历史和工业建筑发展历程的一座鲜活的博物馆。

坐落在矿区的红点设计博物馆 (Red Dot Design Museum) 是世界上级别最高、规模最大的设计大奖的展览大厅。红点设计大奖 (Red Dot Design Award) 是世界上最大最有影响的设计竞赛，有设计界的“奥斯卡”之称。每年吸引了超过60个国家，一万件作品参加三个竞赛项目产品设计、传播设计以及设计概念的竞赛。得奖作品在红点设计博物馆展出。

关税同盟煤矿

地址: Gelsenkirchener Straße 181, 45309 Essen

时间: 10:00 至 18:00

票价: 成人 8 欧, 学生 5 欧

网址: www.zollverein.de

科维修道院：最新的文化遗产

2014年，北威州迎来了第五个世界文化遗产——位于赫克斯特 (Hoexter) 的科维修道院 (Kloster Corvey)，这也是德国第39处文化遗产。科维修道院是目前德国保存仅有的法兰克王朝建筑，唯一保存完好的法兰克王朝 Westwerk 建筑。

科维修道院始建于公元822年，是当时法兰克王国最重要的宗教中心之一和教徒的朝圣地。修道院专供王宫贵族旅游下榻，国王和皇帝在居住期间参加弥撒活动。公元10世纪修道院迎来了它的鼎盛时期。



科维修道院独一无二的西翼 (Westwerk) 建筑是世界现存唯一的法兰克王朝建筑。西翼是教堂和修道院的部分，有着自己独特的风格，教堂大厅上方有楼梯通向的钟楼。科维修道院的西翼中妆点着庄重的壁画，画在墙壁上的图画至今仍能看到部分，描绘了《奥德赛》的史诗图画。

查理大帝攻下了萨克森和周边地区，将天主教的信仰也带入了萨克森。查理大帝下令在当地修建了科维修道院。科维修道院很快就成为了当地的宗教、经济、政治和文化灯塔，这里的僧侣将基督信仰传往北欧。科维修道院最有名的居民是诗人奥古斯特·海因里希·霍夫曼·冯·伐勒斯雷本 (August Heinrich Hoffmann von Fallersleben)，作品《德意志之歌》(das Lied der Deutschen) 成为德国国歌的歌词。他在 19 世纪初在修道院做图书管理员，逝世后葬在附近的墓地。

科维修道院

地址：Corvey 1, 37671 Höxter

时间：五月 - 10 月 10:00 至 18:00

票价：成人 6 欧，学生 2.5 欧

网站：www.schloss-corvey.de

Foto: © Tourismus NRW



科隆狂欢节 不狂欢不科隆

科隆狂欢节并不是每个人都有机会赶上的，相信也不是每个人都愿意去人山人海的拥挤场面。但是狂欢节已经深深刻入了科隆人的骨血。不狂欢不科隆，一生中一定要亲身感受一次科隆狂欢节。

科隆狂欢节的历史

科隆狂欢节是德国历史最悠久的狂欢节，早在1341年3月5日就有狂欢节的纪录。不过，如今科隆狂欢节的习俗要追溯到1823年，当时科隆经历了法兰西的统治，并不信任刚上台的普鲁士政府，因此科隆人开始了自己的传统，最初的科隆狂欢节包括节日庆祝委员会，玫瑰星期日游行和面具晚会。狂欢节游行当时更是专门来讽刺普鲁士，普鲁士军队、农民、处女等都是游行队伍的变装原型。在两次世界大战期间，狂欢节被迫中止。1947年，科隆在废墟中重新举办了狂欢节游行。1949年开始，科隆狂欢节在11月11日的11点11分开始。直到1954年起，科隆狂欢节才重新成为科隆的传统节日，在二月底三月初的圣灰星期二开始定期举办。

一年虽有四季，但是从新年到圣灰星期三之间就是科隆传说中的第五季。不过，对于热爱狂欢节的科隆人来说，狂

欢节季节在11月11日11点11分就开始了。在科隆内城的大舞台上，当年的科隆狂欢节最高首领将首次与公众见面。三人执政团（Dreigestirn）由三个人组成，分别打扮成王子、农民和处女，延续了1823年起的狂欢节传统。

从周四的女性狂欢节到狂欢节星期二（Karnevalsdienstag），短短的六天在科隆就有600多场狂欢节活动、游行、舞会，人们在科隆大街小巷的酒馆、餐馆和礼堂大厅中欢庆、高歌共舞。

女性狂欢节（Weiberfastnacht）在玫瑰星期一前的星期四。当天11点11分，在科隆老市场（Alter Markt），三人执政团宣布街头狂欢节正式开始。13点30分，科隆南部的塞味利门（Severinstor）将进行狂欢节表演《Jan un Griet》（题目是科隆方言；故事讲的是Jan和Griet的爱情），表演结束后出发游行，最终回到老市场。

星期五下午四点半，星星游行（Sternmarsch）开始，人们边游行边跳舞。游行结束后还有音乐会。第二天，星期六上午十点半，在新市场（Neumarkt）还有一场狂欢节游行。





星期日是科隆狂欢节中第二大的游行活动。科隆地区的学校、市区协会组成的队伍全部带着自己队伍特色的面具。

等到了玫瑰星期一（Rosenmontag），科隆狂欢节终于迎来了最高潮，是狂欢节游行最盛大、人数最多的游行。10点半开始，长达四个小时的游行队伍要走过七公里，120多个乐队，1.2万人的游行队伍发放了300吨糖果，70万板巧克力，30万束花束。

你要知道的狂欢节用语

科隆方言有时就算是德国人也有些难以理解，不过有两个词是狂欢节每个人都会的，就算你不懂德语，跟着别人喊就错不了了。的确有可能你喊的跟你想要的不一样，这里就有必要普及一下狂欢节的“最重要”的知识。至少对于大部分热爱在狂欢游行接礼物的人来说很必要。

“Kamelle”是狂欢节上喊的最多的口号，无论是小孩老人，糖果永远不会让人厌倦。科隆狂欢节的传统 Kamelle 是奶油糖果，如今发的更多的是巧克力、橡皮糖，老派的奶油糖反而很少见了。

另外一个爱喊的口号是“小花束（Strüssje）”，女生之间在狂欢节结束的时候经常互相比拼谁获得的鲜花更多，谁的花多就表示谁更漂亮、更受欢迎。

狂欢节期间，最常听到的应该是“Kölle Alaaf”，到底这个口号是怎么来已经不可考，意思是科隆万岁。

科隆狂欢节博物馆

狂欢节可是科隆文化中的重要部分，因此，科隆狂欢节有自己的博物馆也就不奇怪了。

科隆狂欢节博物馆（Kölner Karnevalsmuseum）创造了科隆狂欢节的体验世界，讲述他的前世今生，狂欢节的传统制服和帽子，传统的狂欢节音乐。这家博物馆是德语国家中最大的节日博物馆。需要注意的是，博物馆不是每天都能参观的了，今年年初的开馆日期是2月21日和3月7日。

科隆狂欢节博物馆

地址：Maarweg 134-136, 50825 Köln

时间：2月21日，3月7日 10点—16点

票价：成人6欧，学生4欧

2015年科隆狂欢节时间表

妇女狂欢节（Weiberfastnacht）2月12日

玫瑰星期一（Rosenmontag）：2月16日

狂欢节星期二（Karnevalsdienstag）：2月17日

圣灰星期三（Aschermittwoch）：2月18日

网址：www.koelnerkarneval.de

Foto: J. Rieger, Köln/Festkomitee Kölner Karneval



科隆式生活：科隆啤酒和科隆啤酒馆

科隆除了他的大教堂之外还有什么？

科隆啤酒，巧克力博物馆，科隆香水，科隆展览会，狂欢节……

必须承认，作为旅行者到科隆旅游首先想到的是科隆大教堂，绞尽脑汁之后依然还是只有科隆大教堂。当然，巧克力博物馆和科隆香水博物馆不是每个人的菜，也不是每次都能赶上自己有兴趣的展会，狂欢节也是一年只有一次，还有什么科隆的特色？更确切的说，还有什么科隆式的生活方式是我们能够在旅游中体验的？两个关键词，科隆啤酒和科隆啤酒馆。

说到德国啤酒馆和啤酒文化，人们首先想到的应该是南德的啤酒和烤猪脚。在科隆，虽然啤酒馆的风格与其他地方很像，但是吃的、喝的都是独特的科隆特色，绝对不会错认。

科隆啤酒

科隆人自然喝的是科隆啤酒（Kölsch），且不说啤酒的味道如何，毕竟啤酒口味见仁见智。不过，科隆啤酒的酒杯和上酒的方式都别具特色。科隆啤酒装在 0.2 升的小啤酒杯

中，应该是德国啤酒中型号最小的了。当然，喝酒怎么可能只喝一杯，一杯接一杯才是啤酒馆喝酒的真谛。更重要的是，这种小杯续杯不怎么容易喝醉。

这么小的啤酒杯，服务生自然不会一次只拿那么几杯，吃客更是随时会续杯，这时科隆啤酒馆独特的科隆啤酒托盘（Köbes）就派上用场了。啤酒托盘正中央有一个把手，托盘的边角比较高，服务生只需握着把手，同时能放下十几杯啤酒。很多科隆大啤酒馆有专门的啤酒服务生，他们只负责酒水，拎着啤酒托盘随时为客人端上新啤酒。

科隆啤酒馆的特色菜

去啤酒馆，喝的是啤酒，享受的是和朋友谈天说地。因此，吃饭是次要的，主要为了不空腹让啤酒上头。因此，啤酒馆的菜看比较简单，热量绝对够，黄油、奶酪绝对能让你不那么快的醉。

尽管科隆啤酒馆也会提供烤猪脚这类德国特色菜，有机会的话还是尝尝科隆特色的啤酒菜肴，毕竟这也是科隆式的体验，就算是不那么符合我们中国人的口味。



科隆啤酒馆最经典的大菜是科隆腌猪肘配上酸菜和土豆。想必大家都知道慕尼黑的烤猪肘和柏林的煮猪肘，人家科隆吃的是先腌后煮的猪肘。将整个猪肘子用盐腌制，从而肘子的外皮沾满了白色的盐粒，内部的肉则因为腌制变得深红色。将腌肘子在高汤中熬上一个小时，肘子肉被炖煮的软烂，配上新鲜的酸菜和土豆泥，就能上桌了。

对于纯粹聊天喝酒的科隆人来说，猪肘子其实不是首选，反而是很多简单的面包菜肴才是搭着酒吃的小吃。

半只鸡（Halve Hahn）绝对不顾名思义：黑麦面包切半，抹上黄油后放上豪达（Gouda）奶酪。这个菜名跟鸡完全没有关系，而是来自创造这道菜的人：哈尔夫·哈恩（Halve Hahn）。据传说，一位叫韦尔海姆·非亚归特（Wilhelm Vierkötter）的人曾委托哈尔夫·哈恩创造一道特别的菜，从而能赶走一位女客人。女客人是不是真的被赶走了，无人可知。不过，可以肯定的是哈尔夫·哈恩因此开了自己的小吃店，受到了极大的欢迎。不过，也有传说，韦尔海姆·非亚归特改良了哈尔夫·哈恩的食谱，也就是今天的半只鸡。

另外一道名不副实的啤酒馆特色菜是科隆鱼子酱（Kölsch Kaviar），其实跟鱼子酱也是不沾一点边。点了科隆鱼子酱后，服务员端上来的是一块面包、一点黄油和几块血肠。别奇怪，这就是你点的科隆鱼子酱。面包上抹上黄油，放上血肠，这可能就是科隆人特有的幽默感。

土豆饼（Reibekuchen）用科隆方言叫 Rievkooche，将土豆磨成丝，加入鸡蛋和洋葱，两面煎成金黄色。啤酒馆上的土豆饼经常搭配着沙拉和火腿肠一起上，香喷喷油乎乎的土豆饼与冰爽的科隆啤酒是绝配。

Foto: Privatbrauerei Gaffel



康斯坦茨大学的美丽

文 / 唐雅雯

图 / © Universität Konstanz

摄影 / © Peter Schmidt/Stefan Greitemeier

我没有来到康斯坦茨之前，我知道它很美，但是我来了以后，还是被这种美所深深震撼和吸引。

康斯坦茨大学是德国最南端的大学，地处德国、瑞士、奥地利三国交界处，背靠吉斯山，俯瞰博登湖，是德国极少数校园集工作与生活情趣于一身的校园之一。如果你向往欧洲的美景和体验，康斯坦茨绝对应该是你的第一选择。天气晴朗时，教室外，蓝天下，你可以看到阿尔卑斯山绵延的山峰倒映博登湖，我相信这种景象确实是在德国其他地方所见不到的。得益于特殊的地理位置，据说在这里课余可进行的活动多达六十多项，冬季许多人到瑞士和奥地利滑雪，夏季许多人在博登湖进行各种水上活动，当然如果你只是想在沙滩上晒太阳，你也能拥有一个免费的绝佳位置。值得一提的是，学校还有专门的组织安排大家出去短途旅游，以我自己为例，我曾以 20 欧元的价格去奥地利爬过山，还有 15 欧元的价格去法国斯特拉斯堡（Strasbourg）逛过圣诞市场，

都是自己旅行无法达到的价格，更何况还有认识的同学一起游玩，有种找回小时候郊游的快乐。

说到这里，不得不提一下，和其他德国大学相比，康斯坦茨大学还有另外一个优点就是国际化程度很高。以我自己为例，我就读的是经济学国际课程，申请入学时不需要德语水平证明，只需提供雅思或托福成绩单。到德国入学后，所有课程和考试也都以英语进行，只讲英语在校园学习和生活也完全没有障碍。这对于大部分第一外语是英语的中国学生来说，无疑是一个利好消息。

值得一提的是，为了促进跨学科交流，康斯坦茨大学的所有教学楼都是内部联通的，A 到 Z 编号的 24 栋教学楼连成一体，以不同颜色标注，所以从外观看就是在绿色森林和博登湖中间一个小山包上一大片五颜六色的建筑。好处之一是，在冬天，你完全不用走出寒冷的室外，就可以去到校园





的任何一个角落。如果我有一天的课在不同的教室，我一般在进入大厅后，就把我的外套还有帽子围巾脱掉，存在衣物寄存处，然后在各个教学楼之间上课，等下课再取外套等穿上出门等车。这样，我完全不用带着厚重的外套到处辗转，一边时刻检查有没有丢掉一只手套。当然了，这样建筑的缺点就是，作为新生，往往要花时间去熟悉那些通路。刚开学的一个月内，我们基本都会提前三十分钟到学校，因为有时候要找到你的那个教室真是太难了！对第一次来的人，要找到安排表上的某一个教室，就像在大迷宫里寻宝一样，找到了就算中奖，找不到就只好迟到了……不过一旦你熟悉了教学楼之间的连接，你会发现这种设计是多么人性化！图书馆入口有多个，你下课了想去借本书只要走两步拐进旁边那个门就可以；学生服务中心就在去教室的必经之路，顺道溜进去问一下哪里打印学生证明；打印复印中心就在大门口，等公交车的空档就去把课件打印出来；报名了晚上的瑜伽课？食堂就在健身房的楼上，下课了去吃食堂个饭，然后下楼运动出汗……只要你能想到的，这个庞大建筑群设计的时候基本都想到了，比起其他教学、办公、生活分开可能你需要疲于奔命的校园，康斯坦茨大学的设计让你真的感觉到现代化建筑的美好。

住宿方面，因为康斯坦茨属于欧洲度假胜地，住房价格会略高于其他城市，所以学生公寓一直都很抢手，所以如果

你拿到了录取，一定要及时申请公寓。虽然公寓较为紧张，但学校有照顾国际学生的政策，留学生在开学前与公寓管理处联系并支付 500 欧元的押金后，基本上可以确保优先分配到学生公寓。特别的，对于需要带小孩上学的学生来说，学校相当人性化地在校园内设置了幼儿园。我有个同学来自上海，一个人带着四岁的女儿来的，她每天早上送小孩到幼儿园然后去上课，下课再接小孩回家，跟她聊天发现现在并不成什么问题。

总而言之，德国的大学都很优秀，但我非常庆幸自己选择了康斯坦茨大学。你会遇到一丝不苟又有德式幽默的教授，也会看到那封他在深夜及时回复你的邮件；你可以看到图书馆里奋笔疾书或在躺椅上小憩的学子，你也可以看到在湖上划艇或聚会上活力四射的同学。我也可以不假思索地说，康斯坦茨城是德国最美丽的城市之一。夏天阳光明媚，古城里、沙滩上来度假的人笑容明媚，博登湖上各种水上运动竞相亮相。冬天白雪皑皑，人们翻出雪服雪具到附近山上去滑雪，或者到滑冰场上显示身姿。

作者简介：

唐雅雯，2010年毕业于东北财经大学金融统计专业，2010年-2013年在北京德勤华永会计师事务所工作，2013年秋季入学康斯坦茨大学经济学专业。



感受德累斯顿工业大学的学习和生活

文 / 张晓寒

图 / © TU Dresden

德国历来以高质量高水平的大学教育闻名世界，我之所以选择德工大，除了她自身久负盛名的教学和科研水平之外，就是她在保留悠久的历史下坚持与时俱进的国际化合作与发展的精神。现在看来，另一个让人振奋的就是她成功获得精英大学的荣誉了。

该校位于被称为“德国硅谷”核心的城市——萨克森州首府德累斯顿。相比西德城市的开放和时尚，我更喜欢东德这个充满着意大利文艺复兴时期气息的城市。德累斯顿是著名的历史名城，它素来都有“欧洲中部文化与艺术明珠”的美誉。她曾长期是萨克森王国的都城，拥有数百年的繁荣史、灿烂的文化艺术、欧洲最高的城市绿化率和众多精美的巴洛克建筑，被誉为欧洲最美的城市之一。

学校历史

二百年前，TUD 刚成立不久就名声鹊起，第一台德国蒸

气火车车头的设计师就在这里执教，阿司匹林的发明、第一台小型计算机的研发等。德累斯顿工业大学这一校名从 1961 年才开始使用，历史却可追溯到 18 世纪，是最古老的工业大学之一。

1828 年，伴随着工业化的出现，为了培养在机械学、机械工程以及造船等技术领域的熟练工人，“萨克森技术学院”成立，即 TUD 的前身。1900 年，TUD 就已获得博士授予权，当年该校在校生共有 1007 名，外国留学生就已达 232 人。另一个较为重要的历史事件是 TUD 对女权的维护，1907 年，官方正式开始招收女学生，也是德国最早开女禁的高校之一。19 世纪末，该学院已发展为一个覆盖所有学科门类的大学。

虽然 TUD 最先闻名于世的是悠久的工程科学传统，但是她现在已发展成为涵盖工商管理、工程、科学、医学、自然、

社会和人文科学等 14 个学院在内的多学科综合型大学。所以现在 TUD 所能提供的课程及研究范围既广又多，而且许多科目为其独有。

学习和生活

没有固定的校园是德国大学的传统，但 TUD 却拥有极佳的校园环境。TUD 坐落在市中心，周围交通便利，购物方便，随处都是格调温馨的小咖啡馆。以医学院和计算机科学学院为中心，教学楼、实验楼、办公楼、图书馆、食堂、学生宿舍等都坐落在主校区周围不远的范围内，除了上课方便，也为学生的课余生活提供了最大的便利。校园里有不少大面积的草坪，如图书馆、报告厅、学生宿舍区内等，深得学生们的喜爱，天气好时就成了学生晒太阳，聊天、学习、运动等的好场所。除了富有历史气氛的古老教学楼外，学校近年相继落成了一批现代化的教学楼如图书馆、主教学楼、生物化学系以及生命科学楼等，与这些历史性建筑相得益彰。教学楼和实验楼的现代，实验和教学器材的先进，都给人以耳目一新的感觉，总是让我怀疑这真是属于这所古老的学校吗？

相对而言，TUD 的学生学习还是比较刻苦的，图书馆每天都挤满了学习的人。说到图书馆，该校图书馆同时也是萨克森州市立图书馆 SLUB，建于 1556 年，并于 1788 年正式向公众开放。图书馆于 2002 年搬迁，新馆将所有藏书汇聚一处，现藏书近 900 万册（894 万册，2012 年），位列德国 384 所高校第一位，同时也是德国及欧洲最大的科技图书馆和最重要的知识创新、交流中心之一。图书馆设有图书博物馆，最著名的藏品是 2012 玛雅预言古籍，世界现存三个版本之一。

教学和科研水平

学校的选择应当以学校的教学和科研水平为第一位。以“知识架起桥梁”为办学思想，TUD 凭借极强的科研能力，特别是在电子信息领域、纳米技术领域和再生治疗医学领域，于 2012 年登上“精英大学”排行榜，这不仅仅是该大学在微电子和纳米技术取得了卓越的成就，在之前无法治愈的免疫疾病或糖尿病的新型再生疗法领域，TUD 的科学家们也是行业的佼佼者。作为德国东部地区唯一成功入选的高校，“精英大学”的桂冠不仅给 TUD 带来美誉，也为学校赢得了政府的资金。该校每年获得由联邦政府授予的国家级专家组、研究生院和数以千万欧元的科研经费。

国际化教学和合作

TUD 另一个让我心动的原因是她的国际化合作以及她积极支持国际学生求学的态度和政策。学校三万五千多名学生



中有百分之十的学生来自国外。多数来自欧洲，其次为亚洲和美洲。

学校各方面条件固然重要，对于留学生而言，除了学习之外，生活也是影响留学生最终选择的一个重要因素。担心语言不通、担心风俗习惯的差别、担心与本地人生活的融合等等，种种与生活相关的各种担忧足以影响留学生的学习和热情。针对这些情况，学校里设置了相应的部门如学生中心等，学生中心配有专门的指导人员帮助解决留学生学习和生活上的各种问题。对于学生中心的指导我深有体会。一段时间由于课程和项目紧迫，导致我压力过大而身体状况不佳，教授了解情况后，及时为我预约医院和学生中心心理辅导室，在保证我身体恢复健康的同时，亦为我慢慢调节心理的压力，这让我很是感动。我个人而言，对于一所高水平的大学来说，需要的不仅仅是优越的研究能力和教学水平，更为重要的是该校的人文关怀。

魅力古镇之神秘的朝圣教堂

那些朝圣小镇的神奇故事

洪莉 文/图

如果说，繁华的大都市是德国的脸面，那么，幽静的古镇则是德国的灵魂。

在德国乃至欧洲的每一个角落，最古老而耸高的建筑一定是教堂。有人群的地方，就有教堂，寓意着上帝永远与你同在。同时，无不凝结着德国乃至欧洲厚重的历史传统及文化艺术的教堂，也成为人们追溯西方文化感受历史痕迹的瞻仰场所。雄伟壮观的科隆大教堂、德国最高的乌尔姆大教堂、安葬着德国第一皇 Karl 大帝的亚琛大教堂等等，以其令人震撼的建筑奇迹，精美绝伦的壁画、玻璃窗彩绘和美轮美奂的雕塑艺术，以及厚重的宗教寓意，每天吸引着成千上万的世界各地游人前来拜访参观。

然而，对于众多虔诚的教徒来说，心中最神圣的朝圣地，并非只是这些举世闻名的大教堂，那些并不大被外人所知的圣灵救恩小教堂，才是他们每年必去朝拜的圣地。教徒们深信，圣灵降临这里显灵，护佑众生，解救他们的疾苦。

前不久偶然得知，在我所居小镇不远的 Kevelaer 历史小城，就是这样一个天主教徒们的朝圣地。

救恩教堂 Gnadenkapelle 的来历

克费拉埃尔（Kevelaer）小城位于北威州下莱茵地区西部，邻近荷兰。中世纪时期，这里是科隆至阿姆斯特丹古贸易商路途经之地，和连接两大运输河流玛斯河（Maas，比利时荷兰河流）与莱茵河（Rhein）的陆地纽带的交叉路口（当然当时还没有德国荷兰国家之分）。欧洲 30 年宗教战争（1618-1648）及西班牙与荷兰王位继承权争夺战期间，在这兵家征战途经之地，曾有一百多当地人生灵涂炭。为此，当地人在路口竖立了个悼念十字架，过往的人们都会在此驻足祷告。就在这里，发生过神奇的圣母显灵，从此，这个名不见经传的小地方就成为天主教徒们心中神往的朝圣地。

西北欧洲最著名最神圣的朝圣地克费拉埃尔城的圣母救恩小教堂（左）和对面的玛利亚圣殿





这幅油画描绘了当年在刚建成的圣灵小屋安放圣母像的情景

这是个真实发生的故事，在荷兰边境小城芬洛（Venlo）的教会，有档案详细记录了当事人的口述，至今有案可查。

三百多年前，有位叫亨德瑞克·巴斯曼（Hendrick Busman）的穷商贩，因贩货经常往返奔波于韦策（Weeze）城和戈尔德恩（Geldern）城之间（都是临近荷兰的德国西部小城）。每次路过克费拉埃尔十字路口旁的十字架时，他都要跪下来祷告，祈求上帝保佑一路平安。

1641年（30年战争时期）圣诞节期间，亨德瑞克·巴斯曼送年货路过这里，在十字架前祷告时，他清晰地听到了一个神秘的声音对他说：“你要在这里给我修建一个小教堂！”他万分惊异，四下张望，发现附近并无有人出现，他疑惑地继续上路了。几天之后，他连续两次路过此地时，都又清晰准确地听到了同一个声音“你要在这里给我修建一个小教堂！”。他注意到，声音依然来自路口的十字架。此时他突然感到，一种神圣的使命降临在身。尽管他很穷并无承担修建教堂的财力，但从此开始，他每天都要从微薄的收入中节省一部分，准备作为建圣屋的费用。

时光在忙碌中很快过去，在第二年降灵节（Pfingsten）前的一天夜里，亨德瑞克·巴斯曼的妻子无意中突然看到夜空中闪出强烈的光辉，光辉中轮廓清晰地呈现出一座圣灵小

屋，小屋内有一副圣母玛利亚画像，而这幅画像与两天前在此经过的两个士兵拿着的圣母像一模一样。她记起，那天来了两个士兵，拿着不知从哪偷来的圣母像在叫卖。因他们要价太高，亨德瑞克·巴斯曼的妻子没能买下来。

亨德瑞克·巴斯曼夫妇坚信，这是圣灵传递给他们的信息。他们开始四处打听，到处寻找这两个士兵。经过多方奔走努力，询问了很多人，最后他们夫妇总算找到了那两个士兵，并通过他们的长官求来了这幅圣母画像。

1642年5月底，亨德瑞克·巴斯曼终于按照妻子在夜空中看见的情景，在克费拉埃尔十字路口旁造出了一个简朴的圣灵画像小屋。完工那天，本地的神父带领着当地教民，将他们找回来的圣母像安放在圣灵小屋上端的像座里（从在教堂买来的小册子里描述当时情景的绘画中看到，圣灵小屋很小很简单，只是个房子形状的画像基座）。

在这幅画像上，圣母头戴尊冠身披大幔，右臂抱着头戴尊冠、手拿地球仪的小耶稣，左手擎权杖。画像的背景是卢森堡城和当时卢森堡的救恩教堂（故人们猜测圣像是士兵从卢森堡救恩教堂里偷来的）。圣灵画像小屋马上就火了，闻讯赶来朝拜的教徒从此络绎不绝。

12年后，人们在简朴的圣灵小屋上又加盖了一座精美别致的六角亭形小教堂，将圣母像围护起来，并尊其为“救恩小教堂”（Gnadenkapelle）。小教堂内部很小巧，仅能容人围绕神坛转一周，但里面的壁画、木刻及神坛雕塑无不凝聚了欧洲宗教文化艺术之精华，并以金碧辉煌的色调彰显圣母其尊贵。1664年，圣母救恩像被镶上镀金的银像框。后来，一皇家宫廷贵族伯爵捐资又在像框上镶上一圈银质艺术装饰。1892年在圣灵小屋250周年时，罗马大教皇圣彼得批示拨资，为圣母像打造加冕上一个价值连城的缀满钻石珍珠及各种珍贵宝石的纯金尊冠。卢森堡教会赠送了象征着母女挚爱的两支纯银镀金玫瑰支，镶在像框两旁。

年复一年日复一日，“苦难人的安慰者”圣母玛利亚像框上挂满了各地忠实信徒们赠送的宝石及金银首饰，以表达对圣母经常显灵救助他们的身心、实现他们的愿望的无比感激。克费拉埃尔城的救恩小教堂，无论从珍宝财富价值上还是宗教信仰价值上，都处于极尊贵的地位。

徒步朝圣者的烛光教堂和玛利亚圣殿

救恩圣像小屋传奇很快传遍了四面八方，在救恩圣像（Gnadenbild）安放在圣灵小屋的当天，就有很多教民闻讯从附近的戈尔德恩城及其它各地方徒步赶来，朝拜圣母玛利亚。从那时起至今近4百年光阴，每年都有不计其数来自欧洲各地的虔诚天主教徒们，从家乡徒步好几天甚至几个月，到这里朝拜圣母。还有散居在欧洲的斯里兰卡民族的基督教

信徒们，每年都要从欧洲各地集聚到此，举行一年一度的大型圣母朝拜活动。据说他们中还有像藏传佛教民那样，跪行而来。

六角亭救恩小教堂在圣母像的一面，开设有很大的窗口，以使每个朝圣者随时能亲眼看到圣母。教徒们深信，救恩圣像非常灵验，圣母就在身边，使他们的身心从痛苦、疾病中得以解救。

1643-1645年，朝圣者越来越多，人们在圣灵小屋旁修建了一座“烛光教堂”（Kerzenkapelle），使络绎不绝徒步前来朝圣的各地民众可以进入此教堂做祷告、弥撒，并在教堂里和面朝救恩圣像小教堂的外墙下燃起供奉圣母的蜡烛。几百年这里烛火不断，尤其在朝圣期间，几乎每天有三百多支1-2米高的大蜡烛被各地的朝圣信徒团体从自己的家乡带来到这里。每天，烛光教堂要为圣母点燃一百多支蜡烛，烛光教堂那面外墙早已经被熏成黝黑色。

烛光教堂还有个绝对特别的景观，教堂内墙密密麻麻地挂满了各种样式的绘着各种颜色和文字图案的徽牌（Wappenschilden），这些数不清的徽牌都是各地方教会带领本地教民徒步朝圣时，举着行进到教堂后挂上去的。这些教会团体差不多每年都组织徒步团到克费拉埃尔朝圣。有些团体已经在二战中消失了，但记录着他们历史的徽牌则永远挂在了烛光教堂，为世人留下了他们曾经的印记。

西北欧洲最著名最神圣的朝圣地克费拉埃尔城的圣母救恩小教堂（左）和对面的玛利亚圣殿



在这里人们能看到，当时的罗马教皇 Leo XIII 送来的徽牌，宗教地位崇高的明斯特大主教以及红衣大主教和卢森堡教会、特里尔教会、亚琛大教堂等等著名教会的徽牌。此外，这里还有普鲁士帝国国王威廉一世（Friedrich Wilhelm I.）的徽牌，尽管他是新教教徒。1714 年威廉国王初次到访克费拉埃尔，1728 年他送来了 50 磅重的蜡烛和徽牌，1838 年威廉国王再次亲自拜访了这里。

然而对于我来讲，最兴奋的莫过于发现了我们小镇的红色朝圣徽牌，上面写着镇名和 1990 年。我先生说，他的外祖父母曾多次参加教会朝圣团，徒步到克费拉埃尔朝圣。他现在的一位同事也曾从家里徒步 3 天，来朝拜圣母保佑健康。

由于克费拉埃尔小城的神圣地位和朝圣热度，1858–1864 年，在供奉救恩圣母像的教堂 Gnadenkapelle 和蜡烛教堂 Kerzenkapelle 对面，人们又建造了一座尖塔高耸的宏伟朝圣大教堂，1923 年这座大教堂被教皇誉颂为“玛利亚圣殿”（Marienbasilika）。圣殿内的装饰和色彩很与众不同，前面的神坛旁竖立着精美的圣母塑像，高大的拱顶呈现星光点点的蓝色天空，墙壁及圆柱上的柔静色彩、和谐图案和基督教故事壁画，使人身入其中，舜感心灵安宁。这座大教堂的建筑特别讲究，主教堂侧面还有几间精致的小教堂，可以让有特殊需求的教徒独自安静地与上帝沟通。这里经常举办大型朝圣礼拜和宗教报告会讲座等活动，在宗教界名气很大。



我们遇上了斯里兰卡民族基督教徒一年一度的圣母朝拜日

虔诚的斯里兰卡民族基督教徒在烛光教堂外为圣母燃上蜡烛



心诚则灵犀

克费拉埃尔小城，对于虔诚的天主教徒，是西北欧洲最著名最神圣的朝圣地，对于感兴趣欧洲历史文化的游人，是探索悠长基督教历史和传统，观赏奇特教堂建筑的好去处。我曾两次到过这里，每次都对那片烛光的海洋感到很神秘，从未见过其它教堂有过如此旺盛的烛火。听说这里对于天主教徒有着特别的意义。

2014年8月我家来了国内的朋友，她对德国的教堂非常感兴趣，于是带她去了克费拉埃尔，也是我第三次去游小镇。很巧，我们遇上了斯里兰卡民族基督教徒们一年一度的

度假时住过的弗兰肯山区幽美的朝圣山村

圣母朝拜日。克费拉埃尔小城的大街小巷，三个圣母教堂里外，到处是身着民族盛装的斯里兰卡男女老少，烛光教堂外墙火光辉映，盛况空前。这幅情景让我们很吃惊。于是我好奇地探究起小城教堂的历史渊源，至此知道了，有一种教堂叫朝圣教堂，有一种徒步叫朝圣。

一扇窗一旦打开，另一道风情展示尽然。一天正在路上行驶，突然看见路旁一行人举着一个大十字架默默地行走，原来是从未曾见识过的一群朝圣徒步者。在物质现代化社会，他们虔诚平静的表情令人很触动。



几天之后我们去弗兰肯山区旅游度假，因没能订上想去的度假屋，就在网上随意订了一个。这是一个山清水秀、宁静安详的小山村，绿莹莹的葡萄梯田下一栋栋美丽的小房子错落有致，对面山顶葱郁中露出个教堂尖顶，在阳光下映着金光。到达的当天，在咨询房东当地民俗文化时听说，晚上山上的教堂里将举行重要活动。

傍晚，山村里走出一支吹奏着管号的队伍，居民们举着蜡烛跟着神父，念念有词向山上行进。他们在山路旁的每一座耶稣受难图雕塑前驻足朝拜，到达山顶后围绕着那座建在山上树林中的古老教堂肃穆缓步行进一圈后进入教堂做弥撒。

我追随其前后，被身旁虔诚而庄重的气氛所震撼感染，请教了当地人后得知，原来我们来到了罗滕堡北部地区最富盛名的朝圣地，这天是圣母玛利亚生日。这座山顶圣母教堂7百年前就是远近天主教徒们神往的徒步朝圣地，在圣母生日这天当地全民放假，人们结伴徒步到这里，举行为期一周的各种传统感恩仪式。

在随后的一周里，每天聆听着山顶教堂传来的悦耳钟声和悠扬的唱诗歌声，心境宁静安详。我想，一定是上帝，为我推开了一扇瞭望德国深厚的宗教文化习俗之窗。



居民们徒步山顶教堂朝拜，纪念圣母玛利亚生日

当地居民的雅致生活，种瓜不为食用而是点缀家园



小镇酒馆





施华洛世奇水晶世界 水晶闪烁 眼花缭乱

相信每个女孩都有过自己的施华洛世奇首饰，无论是项链、戒指，还是圆珠笔，这个不是水晶的水晶风靡了世界。哦，忘了说，她还是奥地利制造。

你以为你见识过了全部的施华洛世奇？如果没有去过她的水晶世界，你就没有真正的感受过施华洛世奇水晶的世界。

今年是施华洛世奇诞生的 120 周年，除了推出了纪念版水晶产品之外，最大的看点就是重新开张的施华洛世奇水晶世界。

施华洛世奇水晶世界（Swarovski Kristallwelten）在今

年也迎来了它二十岁的生日。经过了半年的闭关整修，施华洛世奇水晶世界在五月份重新与游客见面，保证一个更大，更好，更魔幻的水晶世界。

新施华洛世奇水晶世界的面积增加了一倍，从过去的 3.5 公顷拓展到 7.5 公顷，新增加了更多景色。尤其壮观的是水晶云（Crystal Cloud），这块水晶由 60 万块施华洛世奇水晶组成，水晶做成的云朵飘在黑色镜湖之上，这是世界上最大的水晶景观。

二十年前，为了庆祝企业成立 100 周年，施华洛世奇决定建造一个纪念性建筑来展示水晶的多样性，因此有了施华

洛世奇水晶世界。水晶世界坐落在施华洛世奇的总部小镇瓦滕斯（Wattens），距离茵斯布鲁克（Innsbruck）约 15 公里，从因斯布鲁克搭乘巴士十分便利。

水晶世界由世界著名的多媒体艺术家安德烈·海勒（André Heller）主持设计，理念是将水晶和艺术相结合，打造水晶创造的梦幻国度。水晶世界共有 14 个展区，汇聚了国际知名艺术家的水晶作品。

水晶世界是巨人守护的国度，巨人不仅保卫着施华洛世奇的水晶，还友好的迎接前来参观游玩的大人小孩。这个巨人并非来自神话，而是设计师童年时代的幻景：巨人曾环游世界，在他的地下王国中宝物无处不在。他的步行手杖、他的戒指、他的手套和手风琴一路伴随着他的旅程，直至他决定回到他的故乡，保卫他的王国。因此，在水晶世界中，巨人的宝藏处处可见。

进入巨人王国之中，入口大堂有一块高 11 米、宽 42 米、现存世界上最大的水晶墙，一共用了 12 吨的水晶石做成。

大堂中闪烁着世界艺术家的水晶作品。最大的“景色”是世界上最大的人工切割水晶，重达 31 万克拉，有 100 个切面。与最大交相辉映，形成强烈对比的是直径为 0.7 微米的最小的人工切割水晶。到水晶世界，做好眼花缭乱，被水晶各种晃花眼。

出了巨人王国的地下世界，迎面而来的是绿色洋溢的巨人公园。绿色迷宫，冒险乐园，几步就可以见大师的艺术作品。

施华洛世奇水晶世界（Swarovski Kristallwelten）

地址：Kristallweltenstraße 1, 6112 Wattens/Tirol

时间和票价尚未公布

网址：www.swarovski.com/kristallwelten

施华洛世奇因斯布鲁克旗舰店（Swarovski Innsbruck）

地址：Herzog-Friedrich-Straße 39, 6020 Innsbruck

网址：www.swarovski.com/innsbruck

Foto: © Swarovski Kristallwelten



跨越世界 一个主题公园就搞定 西班牙冒险港



地中海的阳光、沙滩和美食，西班牙还有什么？作为曾经的海洋霸主，西班牙自然少不了冒险和港口。喜欢冒险，喜欢游乐园的人有机会一定要去西班牙最大的主题公园——冒险港休闲度假村（PortAventura Resort）。

冒险港（PortAventura）临近巴塞罗那，坐落在西班牙黄金海岸 Costa Dorada。公园位于塔拉戈纳市（Tarragona）的小镇 Salou 和 Cambrils 之间，铸就了两个小镇的旅游业。冒险港休闲度假村由冒险港乐园，冒险港水上公园和四个四星级酒店。除了度假村，附近的黄金海岸，购物、美食、运动选择多多。

在西班牙最大的主题公园中，宛如穿越地球，从西班牙的地中海风情，到波利尼西亚的棕榈热带的热情，遇见中国龙，感受墨西哥土著文化和玛雅文明，亲身体验西部牛仔的惊险刺激，还有真实版的芝麻街，让人回味曾经的童年纯真。

冒险港乐园主题公园

冒险港乐园主题公园（PortAventura Park）有六个游乐园，分别是地中海，波利尼西亚，中国，墨西哥，遥远西部和芝麻城。主题公园总面积 120 公顷，每天有多达四十场表演，每年有 400 多万游客到冒险港游玩。

冒险港乐园在 1995 年创办。因为看到了巴黎迪斯尼乐

园的成功，西班牙决定也修建一个类似的主题公园，投资了 3 亿欧元建成了冒险港乐园。环球影城（Universal Studios）在 1999 年到 2005 年期间是冒险港乐园的持有方，冒险港乐园当时叫环球影城冒险港乐园。环球影城在 2005 年计划在德国 Krefeld 建立类似的环球影城度假村，但是计划并未成功，环球影城彻底从欧洲退出，冒险港乐园去掉了环球影城的名字，只叫冒险港乐园 PortAventura。

对于我们中国人来说，冒险港乐园让我们有种回家的错觉，颇有点空间穿越的感觉。故宫的金碧辉煌，长城的雄伟壮观，江南水乡的亭台楼阁，还有巡回播放的中国传统音乐，中国味浓浓。

值得一提的是，中国游乐园是冒险港乐园创办之初就有的游乐园，里面的游乐设施有着欧洲之最，乐园之最，可见西班牙人对我们中国的看重。香格里拉过山车（Shambhala）打破了欧洲的三项纪录：欧洲最高的过山车，欧洲下滑道最长的过山车，欧洲最快的 hyper 过山车。香格里拉过山车长 1650 米，全程有五个大翻转，最低处也有七层楼高。在过山车下滑的时候，能感受到失重的体验。

龙可汗（Dragon Khan）是冒险港乐园最早的两个过山车之一，直到 2002 年是世界上最大的倒转过过山车。龙可汗过山车被西班牙人赋予了这样的传说：王子胡试图推翻皇帝

的统治，智慧之神决定惩罚王子胡，将他变成了一只巨龙，使他永远只能在陆地上无意义的游荡。龙可汗过山车就是王子胡的化身，将他的怒火发泄在旋转翻滚之中。虽然这个传说十有八九是西班牙人杜撰的，龙可汗过山车的设计却的确取材于中国传统建筑，过山车的颜色也是取自中国的红色，象征着中国的神龙。过山车的八个翻转环各有特色，俯冲、零重力、蛇形、螺旋、垂直，尽管都是在过山车上上下下“翻滚”，但感受各有不同，其中滋味只有自己亲自去尝试感受了。

说到过山车，就一定要提到地中海游乐园中的愤怒酒神过山车（Furius Baco）。它是世界上第一个三面轨道的过山车，欧洲最快的过山车。过山车在 3.5 秒钟之内就能加速到 135 千米小时。愤怒酒神过山车的三面轨道每一面都有可以乘坐，所坐位置的不同带来截然不同的体验。

不太喜欢极限运动的童鞋不必郁闷，冒险港还有很多可以玩的地方。芝麻街的拥趸肯定大爱芝麻街游乐园（SésamoAventura）。置身于真正的芝麻街之中，Bert, Ernie, Grover, Elmo 和芝麻街家族或与你握手，或与你打招呼，还邀请你去自家的厨房就餐。从地中海和遥远西部的火车站上搭乘游园火车，就能直接坐到芝麻街火车站。从火车站开始满眼遍地都是只有芝麻街特有的鲜活颜色和特别人物。

芝麻街游乐园怎么能少了 Elmo？你知道 Elmo 喜欢小动物么？在 Elmo 农场（La Granja de Elmo）中，坐着拖拉机来认识 Elmo 和他的小动物们。在农场的不同区域，放养着不同的小动物。独特的拖拉机之旅，认识可爱的小动物，发现 Elmo 的最爱，是芝麻街游乐园中最受小朋友欢迎的景点。

冒险港水上乐园

哥斯达黎加加勒比水上乐园（Costa Caribe Aquatic Park）是西班牙最大的水上乐园之一，面积 5 万平米，种植了超过 4300 个热带植物。在炎热的地中海季节，找到独有的那一份清凉。

棕榈树，游泳池，起伏的水浪，溅起的水花，还有无数的欢声笑语。

水上乐园有十八个娱乐项目，各式各样的水上滑梯。不同的游泳池有着自己的主题，巴拿马海岸，加勒比海滩，拉古娜海岸，百慕大群岛，只有几步之遥，就能玩转地球知名的热带海滩。

冒险港酒店

想要全套主题公园体验的朋友，如果钱包鼓鼓，冒险港度假村中的四座四星级酒店绝对是个好去处。不过，如果想要省钱的话，可以住在附近的小镇，或者在度假村房车住在自己的房车中。

四家冒险港酒店 Hotel Gold River, Hotel PortAventura, Hotel Caribe, Hotel El Paso, 每个都有自己的主题，房间设计、装修、家具都各有特色。从酒店名字中就能看到酒店的特色。Hotel Gold River 的主题是美国西部的美国梦，Lucy Callaghan 一家在淘金热期间搬到美国，酒店给游客打造真实的冒险感受，老火车站，市政厅，整个酒店宛如曾经的美西部小镇。Hotel Caribe 顾名思义是加勒比海特色，Hotel El Paso 则是墨西哥土著特色。

冒险港度假村（PortAventura Resort）

地址：Avinguda de l'Alcalde Pere Molas, km 2, 43840 Vila-seca, Tarragona

票价：

一天票成人 45 欧，儿童 39 欧

两天票成人 56 欧，儿童 48 欧

三天票成人 79 欧，儿童 64 欧

四天票成人 99 欧，儿童 85 欧

七天票成人 115 欧，儿童 98 欧

网址：<http://www.portaventura.com.cn>

Foto: © Copyright PortAventura





荷兰库肯霍夫公园 拥抱郁金香的花海

荷兰的郁金香和他们的风车和奶酪齐名，享誉世界。四月和五月是郁金香绽放的盛季，正是观赏郁金香的好季节。3月20日，荷兰最著名的郁金香公园库肯霍夫公园（Keukenhof）首次打开那扇通往郁金香花海的大门，迎来历时两个多月的郁金香盛宴。

早在15世纪，目前库肯霍夫公园所在的地区属于女伯爵 Jacoba von Bayern 的所有地，只用于女伯爵打猎以及向王宫厨房提供的香草种植地。这也是库肯霍夫的名字来源。keuken 在荷兰语中意为厨房，hof 是花园，因此库肯霍夫组合起来就是厨房花园。建筑师在1857年给库肯霍夫王宫设计了英式花园，这也就是如今的库肯霍夫公园的基础。直到

1949年，当时的市长组织了花匠，并进口了不少鲜花，首次在库肯霍夫举办了鲜花展览。自此以来，库肯霍夫公园成为了荷兰最重要的花卉公园，据说是世界上拍摄最多的地点。

库肯霍夫公园一年只对外开放八周，今年的开放日期是3月20日到5月17日。2015年是梵高逝世的125周年，库肯霍夫公园向这位伟大的荷兰画家致敬。最大的看点是由郁金香组成的250平方米的梵高自画像和以梵高命名的郁金香品种。

库肯霍夫公园在去年创造了参观纪录，参观人数首次超过了一百万人。除了荷兰本国人之外，德国人和英国人是参观公园最多的人群，美国、中国和东亚游客也日益增加。



也许大家对公园中摇曳的郁金香不陌生，但是对于花卉爱好者来说，库肯霍夫公园的鲜花展览才是每年的重中之重。500多家花卉培育者在三个展览馆中展示他们的鲜花以及插花作品。威廉-亚历山大馆（Willem-Alexander Pavillon）汇聚了600多种数量高达7.5万的郁金香，还将在五月份举办欧洲最大的百合花展览。奥兰治-拿骚馆（Oranje Nassau Pavillon）每周主打一种花卉，碧翠斯馆（Beatrix Pavillon）则是独一无二的兰花馆。喜欢插花的人可以到奥兰治-拿骚馆，每天都有专门的插花表演，展示不同扎花束的方式，让你自己在家也能打造美好的花束装饰。

库肯霍夫公园每周末都准备了专题活动，每周都有自己的特色，周周不同，给你的赏花之旅带来一些新奇的体验。3月28日11点到3月29日15点是游行乐队（Marching Bands），众多游行乐队打着鼓点，吹着乐器，让音乐飘扬在整个公园之中。接下来的这个周末是荷兰传统服装周，4月3日11点到4月6日16:30，古荷兰传统服装、舞蹈、歌曲、游戏、木鞋等等带你穿越回19世纪的荷兰。女士们可以在4月11日11点到12日18点之间享受女士周末。

被公园中的鲜花感动了吗？想要搬盆郁金香回家的话，就不要错过鲜花市场。从4月18日早九点到19日晚五点，在鲜花市场能买到夏季花卉茎球以及一切花园相关的工具、肥料等材料，让你打造一个完美的夏季花园。荷兰最著名的电视园丁明星 Rob Verlinden 将现场展示如何护理树木和植物。

花车游行（Blumenkorso）是世界上最著名、最芬芳的游行，由郁金香、水仙花和风信子装饰而成名副其实的花车队伍走过40公里长的游行线路，从诺德维克小镇（Noordwijk）出发，结束于哈勒姆小镇（Haarlem），经过库肯霍夫公园。在4月26日这一天，尤其值得到库肯霍夫公园去，不仅能看到郁金香花园中的静态郁金香，更能看到各种搞怪创意的鲜花花车。

再下一周是家庭周末，小朋友们能在5月2日9点到5月3日19:30之间吃野餐，花鬼脸，玩气球，还能和芝麻街的卡通人物一起庆祝 Elmo 的生日。喜欢浪漫的朋友不要错过5月9日和10日的这个周末，不管大家对浪漫的定义如何，一切跟浪漫有关的服饰、舞蹈、情诗尽在其中。最后的库肯霍夫公园周末是水手歌合唱节，众多水手歌合唱团放声公园。

库肯霍夫公园（Keukenhof）

地址：Stationsweg 166A, 2161 AM Lisse

时间：3月20日—5月17日 8:00-19:30

票价：成人16欧，儿童8欧

网址：<http://www.keukenhof.nl>

Foto: © Copyright Keukenhof



RAINBOW MagicLand

彩虹魔法王国 意大利版迪士尼

Il parco a tema di Roma

谁能想象意大利的动画产业如此发达?《魔法俏佳人》(Winx Club)是欧洲最受欢迎的少女动画片,席卷了整个欧洲。欧洲各国的卡通频道都在循环播放魔法俏佳人的动画片,相关的玩偶、服装、文具用品等更是在任何儿童用品店都能找到。那么,有这样的卡通人物主题公园也就不奇怪了,毕竟推出魔法俏佳人的公司有着意大利版迪斯尼之称。

彩虹魔法王国(Rainbow MagicLand)在2011年5月25日建成,位于罗马附近的瓦尔蒙托内(Valmontone)。彩虹魔法王国是欧洲第六大主题公园,面积60万平方米。主题公园的最大特色就是意大利彩虹卡通公司出品的卡通人物主题公园,魔法俏佳人(Winx)、怪物世界大冒险(Monster Allergy)、Huntik都有专门的游乐馆。

彩虹魔法王国不是每个人都喜欢、都适合的主题公园。这里肯定是魔法俏佳人等粉丝的梦幻天堂,但是,对于那些没有看过这些动画的人来说,主题公园可能会显得略微幼稚,毕竟公园的目标人群主要还是动画的铁杆粉丝。如果家里有小孩的家庭比较适合到彩虹魔法王国来。

彩虹魔法王国(Rainbow MagicLand)

地址: Via della Pace, Valmontone RM

时间: 4月16日-9月底, 4、5月10:00-17:00, 6、9月10:00-18:00, 7月10:00-22:00, 8月10:00-23:00

票价:

网上订票: 成人22欧, 学生19欧, 10岁以下儿童免费

现场购票: 成人29欧, 学生15欧, 1米以下儿童免费

网址: <https://www.magicland.it>



纯素食正当时

素食不是每个人的菜，不过偶尔吃顿素其实并不困难。但是，如今席卷欧洲的 vegan 纯素食主义却绝对不仅是去掉饮食中的肉蛋奶就行的，严禁一切肉类和动物制品，蜂蜜、羊毛、丝绸等动物生成的产品都在禁止的行列之中。这么看来，要做个纯素食者正经并不容易，你的全部饮食习惯要改变，就连穿衣、居家等习惯也要按照纯素食主义的方式修正。纯素食主义是一种注重利他的生活方式，爱护动物，爱护环境，从吃穿住行开始。

Vegan 是纯素食者协会的奠基人唐纳德·沃特森 (Donald Watson) 在 1944 年创造的。当时素食在英文中就只有 vegetarianism，唐纳德·沃特森截取了 Vegetarian 的头三个字母和后两个字母组成了这个词，表示纯素食者是素食者的开端与终结，从而将严格避免所有动物制品的纯素食者和仅仅不吃肉的素食者区别开来。

当然，对于我们普通人来说，纯素食更是一种观念，避免依赖动物产品，减少环境污染，伤害动物。纯素食饮食采用植物产品代替动物产品，用豆浆代替牛奶，豆腐代替奶酪，龙舌兰糖浆 (agave) 代替蜂蜜，很多我们想不到的食物搭配。除此之外，纯素食主义避免采用任何与动物身体有关联的制品，拒绝动物皮毛、皮革以及丝绸等衣物。

德国有 90 万纯素食者，汉堡大学研究显示德国的纯素

食者主要是年轻女性。纯素食者选择 vegan 的主要原因是道德伦理，媒体对动物非人道饲养的报道是作出转向纯素食主义的基石，环保、健康也是选择纯素食的原因。根据汉堡大学的研究，德国纯素食是平均 31 岁的女性，进行纯素食生活方式有一到两年。

在过去的几年中，纯素食生活越来越简单。根据德国素食协会 (VEBU) 的数据，2011 年德国仅有 12 本纯素食烹饪书，2012 年有 23 本新书，2013 年 50 本，到了 2014 年已有 77 本新纯素食烹饪书，这也显示出德国人对植物性饮食和烹调的兴趣和爱好。很多德国城市也诞生了纯素食餐厅和咖啡，仅柏林就有 28 家纯素食餐馆。

十个为什么纯素食的理由

1. 我们是地球上唯一的生物，成了年还会喝母乳。这里说的母乳不是严格意义上的母乳，而是任何母体生产的乳汁，也就是牛奶、羊奶等。奶牛、羊等动物通过分泌乳汁来养育下一代。在正常情况下，他们只能诞生少量的乳汁，然而在现代规模饲养的环境下，奶牛被注射荷尔蒙，定期怀孕从而获得更多的牛奶。奶牛经常乳腺发炎，必须进行药物治疗。因此，牛奶中经常发现抗生素，生长和怀孕荷尔蒙以及脓血。
2. 动物运输也是生命运输。当卡车将动物运去屠宰场，这段道路也是动物最后一程。等到了屠宰场，大部分的动物虚弱、受伤。

3. 不仅在运输中，养殖动物在它们短暂的一生中生活在愤怒和悲伤之中。我们吃到的也是他们的愤怒和悲伤，这也会影响我们的生活。
4. 16 公斤饲料才能生产 1 公斤牛肉。世界上仍有上亿人生活在饥饿之中。
5. 纯素食者一天的营养只需不到 1400 升的水来生产，而肉食者的食物则需要 2 万升水来制造，是纯素食者的 12 倍。人少吃一斤牛肉剩下的水量是一年洗澡的水量。
6. 纯素食者通常更健康，因为他们的生活方式更健康：少喝酒，少抽烟，多运动。
7. 纯素食主义是一种探险，每天都有新想法。纯素食生活让人每天有挑战，让你对你身边的人有新审视。告诉你的朋友和家庭，他们认识一个纯素食者，等待和观察他们的反应，你会更多的了解你的朋友。

8. 纯素食帮助你看清很多事情。总有一天，你必须回答一个问题：你的生活中到底什么重要？为了你个人的利益，为世界、他人和动物的好处，什么东沾你肯以放弃？

10. 纯素食饮食越来越简单，健康又便宜。每种动物产品都有相应的纯素食替代品。就算是只是偶尔吃纯素食，也能对自己、对他人、对世界有帮助。

如何成为纯素食者

纯素食生活不能一蹴而就，坦白的说，不是每个人都能适应这种生活和饮食方式。有研究显示纯素食饮食对身体不利，很多营养成分缺失。但是，也有很多铁杆纯素食者坚持，纯素食生活健康减肥。

德国纯素食明星厨师 Atila Hildmann 凭借他自己的纯素食变身故事，一跃成为德国 No.1 的纯素食明星。Atila Hildmann 成为纯素食者已有十几年了。由于父亲突发心脏病而让他开始注重健康锻炼，最终纯素食，他成功减掉了 35 公斤。这一转变让他圆满完成了他的使命。他推出的 Vegan 系列书籍受到广泛好评。第一本《Vegan Road》仅用六个月就销售了 30 万册。



纯素食者的饮食只有面面俱到、有计划才健康。稍微不注意,就可能遗漏身体机能所需的维生素和营养物质。因此,在尝试纯素食方式之前,一定要接受身体检查,确保身体健康,并非所有人都适合纯素食。向医生寻求专业建议,告诉医生你打算成为纯素食者的计划,询问是否有需要特别注意的事宜。比如,贫血者应该注意摄入足够的铁。询问医生怎样维持均衡的饮食结构,他们会针对如何获取身体机能必须的维生素和矿物质给出必要的意见和建议。

为了补充缺少的营养,需要有针对性地摄入相应的食物以及适量的保健品。纯素食者需要摄入Omega-3。绝大部分的保健品是鱼油制品。不是纯素食。因此,纯素食者要食用亚麻籽、亚麻油和核桃来补充身体所需的Omega-3。亚麻油就能满足每日的Omega-3需求。纯素食者也不能提供身体所需的维生素B12。维生素B12缺乏会导致肌腱挛缩,还可能引起心脏病和贫血,而且会对神经系统造成严重的不可逆性损伤。

纯素食者尤其需要摄入足量的蛋白质,从而补充肌肉。鸡蛋、奶制品、肉类和豆类是蛋白质的主要来源。大豆、黄豆、豆腐

豆浆、坚果、鳄梨等食物被视为纯素食者的超级食物。坚果和豆制品提供丰富的蛋白质和钙,正是纯素食饮食的重要组成部分。

纯素食者不能一蹴而就,逐步摒弃非素食品,不仅更容易适应新的生活方式,而且有助于身体适应新的饮食习惯。任何突然重大的饮食改变都可能对身体造成损害。先从添加肉类开始,接着是鸡蛋和奶制品,再是逐步减少摄入量。

此外,挑食最可怕的是吃不好睡不好,如果你的同伴中有一个纯素食者,很多酒店就要从清单上划掉。欧洲范围内有326家素食酒店(Veggie Hotel),其中有20多家纯素食酒店。素食酒店也为纯素食者大提供公共用餐区。网站:<http://www.veggie-hotels.de/1-0-Home.html>

一月迷情：一切从希腊开始

希腊总是和浪漫、遗址和神话等关键词相关联，无数美好的爱情故事在这里上演。不过，黑暗在爱琴海的美好下也许更让人惊悚，不过在作家的笔下和大屏幕上，也许神圣庄严下总是隐藏着黑暗。

《一月迷情》

《一月迷情》（The Two Faces of January）就是这样一部电影。

根据 1962 年美国著名小说家派翠西亚·海史密斯（Patricia Highsmith）的同名惊悚小说改编，维果·莫特森（Viggo Mortensen），克尔斯滕·邓斯特（Kirsten Dunst）和奥斯卡·伊萨克（Oscar Isaac）主演。

42 岁的切斯特·麦克法兰（Chester MacFarland）在美国行骗多年，逃亡到希腊。他携 25 岁的少妻科莱特（Colette）在一月份乘坐小船穿越海峡来到希腊。他们在参观古希腊卫城的时候认识了在希腊当导游的吕达尔（Rydal Keener）。麦克法兰酷似吕达尔的父亲，科莱特的美貌也让吕达尔着迷。私人侦探终于在雅典找到了麦克法兰，惊慌错乱中麦克法兰杀死了侦探，并在吕达尔的帮助下抛尸。三人一同逃往克里特岛，三人之间的暧昧、纠缠，死亡、造假陷害就此展开……

电影先后在希腊的雅典和克里特岛，土耳其伊斯坦布和英国伦敦拍摄。电影的三分之二的剧情和篇幅都是在雅典和克里特岛拍摄，接下来就跟我们走进希腊。

雅典卫城

雅典卫城是雅典的象征，更是希腊之行必到之处。站在雅典卫城上，看着那些伫立了上千年的雄伟建筑，却是一片苍凉，曾经的古希腊文明也只剩下了这些建筑，让人唏嘘不已。

雅典卫城（Acropolis）也翻译为阿克罗波利斯，意思是高处的城市。这也真实反映了雅典卫城的位置，她就坐落在雅典市中心的卫城山丘上。卫城建于公元前五百年左右，被誉为古希腊建筑的代表作，是古希腊文明的发源地。雅典卫城也在 1987 年被录入世界文化遗产。世界遗产委员会对雅典卫城的评价足以概括雅典卫城：“文明、神话、宗教在希腊兴盛了一千多年。阿克罗波利斯包含四个古希腊艺术最大的杰作——帕特农神庙、通廊、厄瑞克修姆庙和雅典娜胜利神庙——被认为是世界传统观念的象征”。

雅典卫城中留下了不少遗址，其中最为有名的就是帕特农神庙，什么时候到雅典去，这里都是人声鼎沸。帕特农神庙（Parthenon）又叫雅典娜神庙，Parthenon 意为处女，形容了雅典娜女神。顾名思义，神庙就是用来祭拜雅典的守护



神——雅典娜。历经了两千多年的沧桑，帕特农神庙也只剩下了残垣断壁。即使如此，我们仍然能从残骸中看到曾经的鼎盛灿烂。

讲到帕特农神庙，就一定要讲讲雅典娜与雅典之间的不可不说的故事。很久很久以前，雅典首任国王半人半蛇的刻克洛普斯（Cecrops）想要为这座新建成的城市寻找一位守护神，雅典娜和海神波塞冬都想要成为这座城市的守护神。两位大神互不相让，战争一触即发。有的版本说，众神之神宙斯决定让雅典娜和波赛冬比赛，谁能给予城市最好的礼物就能获得这个城市，也有的版本说是智慧的雅典娜提出的建议。无论如何，他们分别拿出了自己的礼物：波赛冬首先上场，他用三叉戟敲了大地，他敲的地方出现了一思泉眼，居民极其兴奋，冲上去品尝却发现泉水味道是咸的。这也不奇怪，毕竟波赛冬是海神，他赐予的水自然是海水。雅典娜用长矛击中了岩石，从石头上长出了一株橄榄树。橄榄树能够结出橄榄，榨出橄榄油，树木还能用来建造房子等，这要比波赛冬的海水更要有用，刻克洛普斯决定雅典娜成为守护神，城市也以雅典娜的名字而获得了雅典的名字。

这段故事的版本众多，不过最终的结果都是一样，雅典因雅典娜而生，雅典也以雅典娜为荣。因此，祭祀雅典娜的帕特农神庙自然是整个雅典卫城中最雄伟、最重要的建筑。

神庙中供奉的雅典娜神像更是古希腊最高的艺术品，神像浑身上下覆盖着象牙和黄金，可惜早就遗失且无法原样复制。不过，雅典娜神像的形象依然能在不少地方见到。

雅典卫城（Acropolis of Athens）

地址：Athens (Prefecture of Attiki)

时间：8:00-17:00

票价：成人 12 欧，学生 6 欧

免费参观日：11月1日到3月31日每个月第一个星期日，3月6日，4月18日，5月18日，6月5日，9月最后一个周末，10月28日

网址：http://odysseus.culture.gr/h/3/eh351.jsp?obj_id=2384

克利特岛

克里特岛是希腊境内和爱琴海中的第一大岛，与圣托里尼岛的蓝白浪漫不同，克里特岛走的是历史厚重感的路线。如果说希腊是欧洲文明的摇篮，那么克里特岛无疑是希腊文明的摇篮。和地中海文明的发源地。因此，克里特岛有着希腊的最大的旅游亮点：历史古迹和海洋沙滩风情，所以有人说，克里特岛是阐释希腊最完美的岛屿。

没有克里特岛，也许就不会有希腊文明了。希腊神话中众神之神宙斯就在克里特岛出生并长大，是希腊神话中的起点。宙斯的父亲克洛诺斯害怕孩子会夺取自己的权利，接替他成为奥林匹亚之王。只要妻子瑞亚孕育出新生儿，克洛诺



斯就会吞噬掉小婴儿，五个婴儿在降生之后就被吃掉了。为了保住第六个孩子，瑞亚来到了克里特岛上，躲在洞穴中生下了宙斯。瑞亚用布裹住一块石头，谎称是宙斯，克洛诺斯将石头当作宙斯一口吞下肚里。宙斯躲过一劫，继续藏在克里特岛中长大成人。长大后，宙斯打败了父亲，成为了奥林匹亚之王。如今，克里特岛上的 Dikteon 岩洞和 Ideon 岩洞据说就是曾经的宙斯出生和生活的洞穴。

克里特岛是希腊历史最悠久的岛屿，早在公元前一万年就有人居住在这里。公元前三千年，克里特人在这里创造了米诺斯文明。米诺斯（Minos）在希腊神话中是宙斯和欧罗巴的儿子，宙斯变身小牛勾引了美女欧罗巴，并将她带到了克里特岛，欧罗巴孕育了米诺斯。米诺斯是克里特岛的国王，他变得暴虐专横，不再朝拜诸神，为了惩罚他，宙斯使米诺斯的妻子与公牛私通，生下了牛首人身的怪物米诺陶洛斯（Minotaur）。米诺斯为了控制米诺陶洛斯，将他关在了迷宫之中。米诺斯要求雅典国王埃阿斯每九年向岛上迷宫献祭 14 个童男童女，喂食米诺陶洛斯。

英国考古学家阿瑟·伊文思和他的考古队在 1900 年克里特岛，想要找到传说中的米诺斯迷宫，最终发掘出了米诺斯王宫遗址。伊文思的发现证明米诺斯文明始于公元前 2600 多年前，他也将这段文明取名为米诺斯文明，向米诺斯国王致敬。

米诺斯文明拥有自己的文字，以地中海航海贸易为生。然而，在公元前 1400 年左右，米诺斯文明突然灰飞烟灭，克里特岛上遭到了毁灭性的打击，原因至今不明，只留下了曾经的壮观遗址和无限的谜团。

米诺斯王宫是目前发掘出来的最大的米诺斯文明遗址，这是克里特岛国王米诺斯修建的王宫防御工事，传说中囚禁牛首人身怪物米诺陶洛斯的米诺斯迷宫就在这里。虽然米诺斯迷宫只是传说，真实的米诺斯王宫却是真真实实的迷宫，王宫总体面积 2.2 万平方米，错综复杂，曲折迂回，楼上楼下高低错落，千门百廊，曲巷暗堂。

王宫中心位置的国王接见大厅中的御座保存完整，公元前两千年的国王座椅与现代的高背靠椅样式相仿，有人说，海牙国际法院的首席法官的座位就是照此仿造。

米诺斯王宫（Knossos）

地址：T.K. 71409, Knossos (Prefecture of Iraklio)

票价：成人 6 欧，学生 3 欧欧

免费参观日：11 月 1 日到 3 月 31 日每个月第一个星期日，3 月 6 日，4 月 18 日，5 月 18 日，6 月 5 日，9 月 27 日，9 月最后一个周末，公共假日

网址：odysseus.culture.gr/h/3/eh351.jsp?obj_id=2369





OUTLET
CITY
METZINGEN

OUTLET-CITY.COM

独家供应：
购物卡*



喜欢购物? 爱上名品村!

名品村拥有超过六十家高端奢侈品牌旗舰店的服装饰品三折起售**

在麦琴根名品村，Hugo Boss（波士）的家乡，您将获得非一般的购物体验。这里交通便利，距离法兰克福和慕尼黑仅两小时车程；这里汇集了众多高端奢侈品牌旗舰店和闻名遐迩的建筑物，更是免税天堂；这里时尚、繁华，购物氛围绝佳。除此以外，麦琴根名品村周围环境艳丽多姿，如梦如幻，让您的购物之旅奇妙而圆满地变身为充满活力且轻松舒适的短期度假旅行。

快来尽情享受2014.11.27至2015.01.05期间充满圣诞气氛的麦琴根名品村吧！具有梦幻色彩的圣诞彩灯、更多购物优惠以及小巧精致的圣诞市场将为您的购物体验带来更多惊喜！

舒适的购物穿梭大巴车以及慕尼黑专线大巴带您直接往返于斯图加特、慕尼黑和麦琴根名品村之间。更多详细信息请查阅：www.outletcity.com。

* 在麦琴根旅游服务中心出示此广告，可以获得您的个人购物通行证，并可在指定店铺获得 10% 的专属折扣。
有效期至 2015 年 12 月 31 日。

** 较之先前生产商建议的零售价

ARMANI · BALLY · BURBERRY · COACH · ESCADA · HUGO BOSS · JIMMY CHOO · LACOSTE · MAX MARA · MICHAEL KORS · MONCLER · NIKE · POLO RALPH LAUREN · PRADA · SWAROVSKI · TOD'S · TOMMY HILFGER · WMF 以及更多品牌

克里特岛的“蜜月迷情”

图/文 @Jazzland

对希腊爱琴海神往已久，终于在今年的暑假得以成行。比对了许多机票，也如愿选到了比较划算的航班。从德国慕尼黑搭乘柏林航空，直飞爱琴海上的最大岛屿克里特岛（Crete）。伊拉克利翁（Heraklion）是克里特岛的第一大城市，也是全岛最大机场和港口的所在地。对于伊拉克利翁，我预先并未有过多的了解和期待，正因如此，这座古老厚重的小城却为我短暂的停留带来了许多意外的惊喜。

蜜月迷情

最早让我认识克里特岛并产生一亲芳泽的冲动，是2014年看到的一部“性感”剧情电影《The Two Faces of January（蜜月迷情）》。一对迷人的美国夫妇，魅力先生

Chester MacFarland（Viggo Mortensen 饰演）和他年轻诱人的妻子 Colette（Kirsten Dunst 饰演），在欧洲度蜜月期间来到雅典。在雅典卫城观光时，他们遇到了一位会说希腊语的美国导游 Rydal（Oscar Isaac 饰演）。被 Colette 的美貌、Chester 的财富和教养所吸引，Rydal 愉快地接受了晚餐邀请。然而，MacFarland 夫妇并不像他们看上去那样，Chester 的友善外表下隐藏着黑暗的秘密。当事情向更险恶的地方发展，Rydal 发现他自己被连累而且无法脱身，却只能将错就错，纠缠在与这对夫妇的危险而又性感的关系当中，踏上逃亡之旅。而剧中演员们的逃亡地，便是克里特岛的伊拉克利翁。电影里展现的伊拉克利翁，永远是蜜桔色艳阳下那个神秘而又古老的城，令人无限向往。





深邃星空下的魅力

当我乘坐的航班缓缓降落到克里特岛，深邃的夜幕早已笼罩了位于山海之间的伊拉克里翁。一出机场就感受到一股热风扑面而来，从清凉的慕尼黑至此，温差的感觉尤为强烈。从机场乘坐出租车前往酒店，疾驰中的车子弯来绕去，由暗到明，不一会来到位于老城区域的酒店。一路上，我使劲地打量着这座热情的岛城，得到最初印象便是：浓郁的海岛风情、古朴的老城韵味、悠闲的生活节奏，这一切对于我这个海岛控来说是那么对味。带着这些最初的感官印象，抵达酒店后放下行李便迫不及待想要走出去一探究竟。疾步走到码头，海边古老的城堡在深邃夜空下显得格外神秘而庄重。码头的人们三三两两，或是悠然散步、或是闲坐聊天，大家悠闲享受着清爽的海风和静谧的环境，浓郁的海岛生活画面尽显眼前，让我更加期待着明早深入解读它的风情。

醉美时光在清晨

由于白天气温很高，阳光暴晒，所以清晨无疑是游走伊拉克里翁的最佳时间。翌日清晨早早起床，伴着海鸥悦耳的叫声，迎着清新的海风，我拿着相机沿着码头海堤漫步，眼前蔚蓝无边的爱琴海静得像一块蓝宝石，清晨橘色的暖阳把旧城渲染得非常暖和，一艘艘密排的游艇还在睡梦中摇曳，此刻空荡荡的老街也显得异常安静祥和，街上寥寥行人被阳光拉长的身影在黛青色的石板路画出时间的记号。我在市政广场古老的喷泉旁找了一家百年咖啡馆坐下，品尝希腊海岛独有的特色早餐，糖霜苹果酱煎面饼和雪糕配炸油果子，甜而不腻，让人甜上眉梢，心情大悦。随后按照咖啡馆服务生的指点，我找到了当地的传统街市，目的是采购海鲜与水果，用作晚餐的食材。在海鲜摊档前流连忘返，各种海鲜鲜美诱人，最终买下了物美价廉的三文鱼和马鲛鱼，店家还给我包



上了许多冰块，从拿到手的那一刻就开始期待晚上的那顿海鲜大餐。

古文明发祥地

经过查找资料，发现伊拉克利翁(Heraklion)来头不小。它是希腊克里特岛的最大城市，也是克里特岛的首府，位于岛屿中部北边的沿海地区。这个全国第五大城市虽然与浪漫梦幻的圣托里尼隔海相望，却有着与其完全不同的风情。如果说圣托里尼是美丽浪漫的代言，那伊拉克利翁则是古老厚重的见证。

作为人类文明的发源地，伊拉克利翁这座老城的历史可追溯到公元前 2000 年，希腊文明中著名的克诺索斯(Knossus)宫殿遗址就在这里附近，这座宫殿遗址的发掘也使伊拉克利翁市声名远扬。在希腊神话中有一位君主名叫米诺斯，他以强大的海军称霸爱琴海，并建立起规模宏伟的宫殿——克诺索斯宫，从而揭开了灿烂辉煌的克里特文明的序幕。因有深厚的历史积淀和文明传承令这座城市的每一个角落都散发着与众不同的古朴气质，走在老城的大街小巷，让我仿佛穿越至古希腊，体验着一场奇妙的古希腊风情之旅。

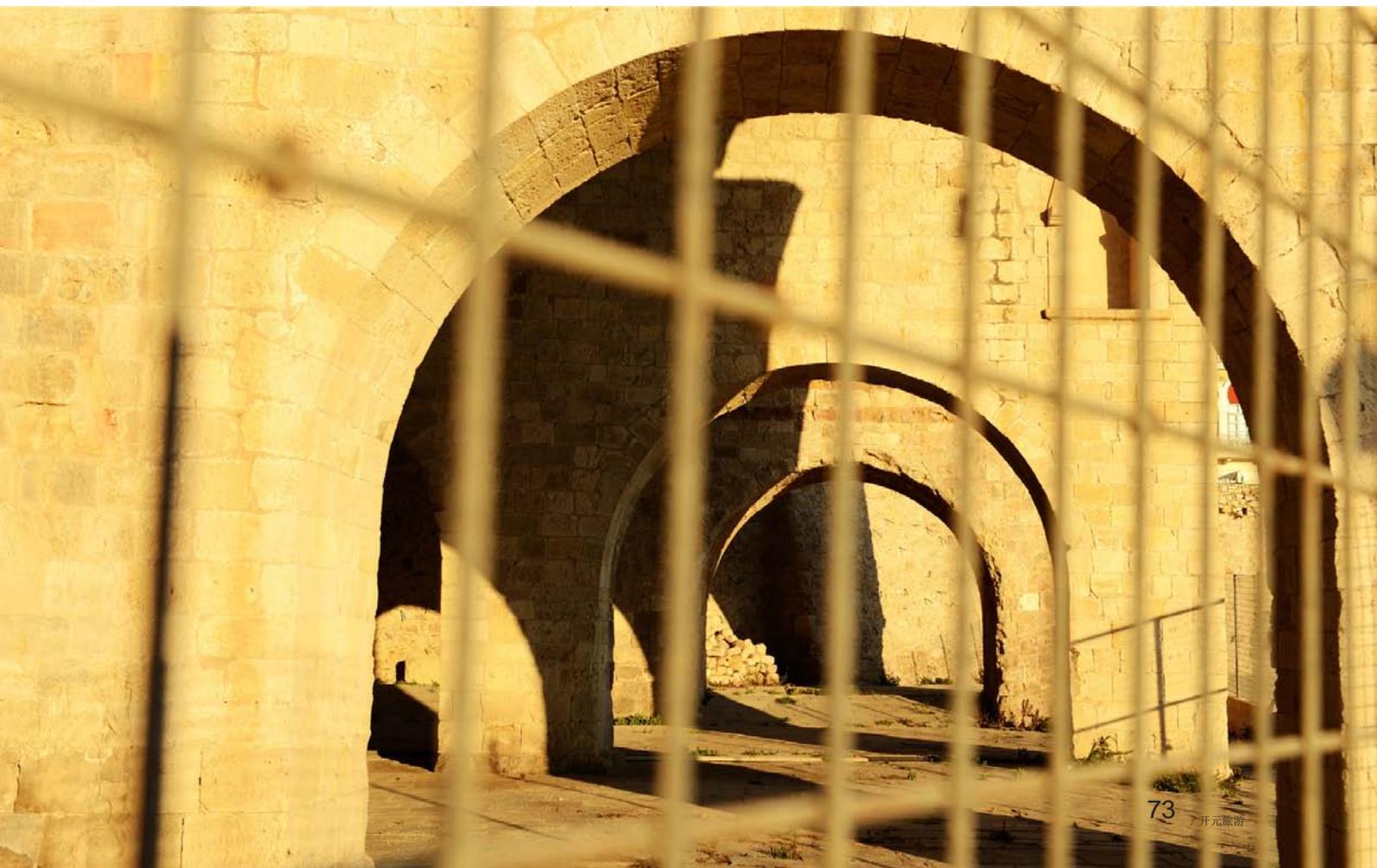




据历史记载，伊拉克利翁最初是一个繁荣热闹的海港城市，却在 1500 年前沉入海底，希腊历史学家希罗多德曾在公元前 5 世纪赞美伊拉克利翁是一座宏伟壮观的城市。公元 9 世纪开始这里逐渐发展成为地中海最重要的贸易港口，后受拜占庭帝国和奥斯曼帝国的长期侵占，于 1898 年才获得最终独立，因此这个希腊的海港之城从城市建筑风格到人们生活方式都受到过土耳其和威尼斯文化的熏陶和影响。伊拉克利翁很多的景点都被认为是欧洲文明最古老的古迹和实例，是西方文明的见证。古希腊文明取得重大成就是在青铜

时期（约公元前 3000 年到前 1150 年），主要在爱琴海东北部的基克拉迪群岛（其标志是一个个的大理石雕像）、克里特岛以及希腊大陆上。公元前 2000 年到前 1000 年之间，在克里特岛及希腊大陆上繁盛的克里特和麦锡尼文明，被认为是希腊最早期的文明。

如今，伊拉克利翁依然是一个繁忙的渔港和希腊海岛旅游的重要集散地，从这里出发，游客可以到达爱琴海上诸多度假海岛。





2015 年梵高年 纪念去世 125 周年

梵高是印象派的代表人物，是荷兰的国宝级人物。他的画作《向日葵》、《自画像》耳熟能详，他的个人经历让人唏嘘不已。今年，荷兰和世界纪念梵高去世 125 周年。借这个机会，向梵高致敬，瞻仰他的画作，回顾他的人生故事，造访他的故居，走进梵高的世界。

梵高的故事

小学生，艺术公司初级职员，老师，书店店员，学生，牧师，这些都是梵高曾经的身份，直到 27 岁的他决定投身于艺术。这个决定永远地改变了艺术史，世界从此记住了梵高的名字。

1853 年 3 月 30 日，文森特·梵高（Vincent Willem van Gogh）在荷兰布拉班特（Brabant）的津德尔特村庄（Zundert）出生。文森特·梵高并非是家庭的第一个孩子。在一年前的同一天，他的母亲流产，同样叫做文森特的儿子并没有存活下来。幸运的是，这个文森特长大了。

11 岁的文森特·梵高到泽文伯根（Zevenbergen）上小学，他开始画画，但并未展示出特别的绘画才能。梵高在中学第二年就退学了，再没有回到学校。梵高的叔叔给了 16 岁的他一份学徒工作。从 1872 年开始，梵高和他的弟弟提奥（Theo）开始了终其一生的信件交流。

1875 年，梵高到巴黎工作，醉身宗教。尽管他喜爱艺术，他越来越反感自己的工作，而艺术公司也对他的工作不满，在 1876 年将他解聘。

紧跟着，梵高在英国拉姆斯盖特（Ramsgate）的男子学校担当助理教师，却没有薪金。随后，他在艾尔沃思（Isleworth）的私人学校中获得了一份有工资的教职，管理学校的牧师允许文森特在学校和周围的村庄传教。

听从父亲的建议，梵高放弃了英国的教师工作。给他介绍第一份工作的叔叔又挽救了失业的文森特，给了他在多德雷赫特（Dordrecht）书店的工作。但是，梵高再次潜心于宗教，他的父母开始担忧：梵高已经 24 岁，仍没有明确的人生目标。几个月之后，父母同意他攻读神学的计划。由于文森特并未中学毕业，他必须参加专门的入学考试。为此，他在阿姆斯特丹居住了一年来准备考试。然而，一切依然无疾而终，梵高最终放弃了神学院的求学道路。

尽管如此，梵高依然积极的投身神学，他到比利时的博里纳日矿区（Borinage）传教。他和矿工同吃同住，受到了当地人的爱戴，获得了“煤矿的基督”的昵称。然而，他没能和教会社区建立良好的关系，并未获得连任。

事业上的不顺反而给梵高带来彻头彻尾的事业转折。梵高经常在给弟弟的信件中附上自己的画作，提奥建议他从事绘画。梵高在1880年10月份搬到布鲁塞尔，开始绘画。没有了糊口的工作，提奥在经济上资助他，让他能够专注于自己的艺术。

和弟弟的大力支持不同，梵高的父母对他的选择极其失望。本已搬入父母家的梵高搬去了海牙，迈出了艺术生涯的第一步。

1883年12月，梵高搬回了父母位于纽南（Nuenen）的新家，这两年期间的画作以写实风景为主，色调阴暗，梵高完成了代表作《吃土豆的人》。年底，他决定赶往比利时安特卫普（Antwerp）美术学院就读，梵高离开了荷兰，从此再也没有踏入荷兰一步。

然而，梵高只在安特卫普呆了一个月，就搬去了巴黎，和提奥同住。梵高在巴黎首到了他人和现代艺术的影响，作品的色彩越来越明亮，创造了自己的独特绘画风格。

两年多的巴黎生活让他越来越厌倦，梵高向往阳光、乡村的平静和颜色。1888年年初搬去了阿尔勒小镇（Arles），在拉马丁广场上（Place Lamartine）的黄房子里租了四间房。高更（Paul Gauguin）在1888年10月搬入，是第一个也是唯一一个住进黄房子的艺术家。

梵高和高更合作创造出了不少杰作，但是两人对艺术的观点不同，造成了不可避免的裂痕，两人之间不断激烈争吵，梵高开始产生焦虑躁动的迹象。1888年12月30日，两人再次正常，高更威胁出走，梵高挥舞着剃须刀威胁高更。当晚，梵高在家中割下了耳朵的一部分。梵高割耳朵有不少版本，学界并未有共识。

第二天，梵高被强制送到阿尔勒医院治疗，提奥和高更到医院探望了梵高。梵高在1889年1月初出院，重新拿起了画笔。但是，他的精神状况依然不稳定，梵高在五月份自愿进入圣雷米（Saint-Rémy）的圣保罗精神病疗养院（Saint Paul-de-Mausole）。



梵高在精神病院生活了不到一年，他的病情时好时坏，不过却依然是梵高高产的期间，他创作了 150 幅左右的画作。作品开始得到了业内的认可。1890 年初，梵高的六幅画作在布鲁塞尔展出，作品《红色的葡萄园》在展览中被出售，这是梵高唯一一副卖出的画作。

1890 年五月，梵高出院，搬到奥维尔小镇（Auvers-sur-Oise）。小镇给梵高带来了宁静和安详，他开始全身心的投入到绘画创作之中，几乎每天就能完成一副作品，他的健康有所好转。

但是好景不长。梵高在七月份去巴黎看望提奥和他的妻子，提奥告诉他，自己决定创业，这在一定程度上会影响提奥对他的财政支持。尽管提奥和妻子再三保证梵高的生活不会因此受到影响，梵高依然忧心忡忡，严重影响了梵高的精神健康。

1890 年 7 月 27 日，梵高在麦田中举枪自杀，他踉跄的回到住所。提奥迅速赶到奥维尔，陪着兄长度过了人生的最后时刻。1890 年 7 月 29 日，梵高因枪伤不治而亡，葬礼在 30 日举行。年仅 37 岁的梵高留下了 850 多幅油画和将近 1300 张素描。

梵高过世六周之后，提奥组织了纪念梵高的展览，他的个人健康每况愈下。展览结束后，提奥从艺术公司辞职，遭受了严重的精神崩溃，被送入医院治疗。梵高去世半年后，提奥也追随了哥哥的足迹，离开了人世。

梵高博物馆

提奥的遗孀和儿子一生致力于介绍梵高的作品。在他们的努力下，梵高名声大噪。1973 年，梵高博物馆由荷兰女王茱莉安娜（Queen Juliana）揭幕，如今每年有 150 万游客来这里朝圣。

梵高博物馆位于阿姆斯特丹市中心，收藏了梵高 200 多幅油画、500 多幅素描、梵高与弟弟提奥之间 750 多封书信和梵高的个人物品。这里收藏了梵高的代表作，尤其是梵高大名鼎鼎的《向日葵》只有这里才能看到原作。

梵高博物馆（Van Gogh Museum）

地址：Paulus Potterstraat 7, Amsterdam

时间：9 点—17 点，周五开到 20 点

票价：成人 15 欧

网址：<http://www.vangoghmuseum.nl/>



梵高年：梵高 125 年的灵感启发

2015 年是梵高逝世 125 年，四家博物馆和梵高故居以“梵高 125 年的灵感启发”为主题，举办特别展览来纪念梵高。除了阿姆斯特丹的梵高博物馆之外，乌特勒的克勒勒·米勒博物馆，斯海尔托亨博斯的丹博思博物馆，比利时蒙斯市的艺术博物馆和多个梵高故居联合举行特别展览，还有众多梵高文化活动。

蒙斯艺术博物馆（Museum voor Schone Kunsten van Mons，简称 BAM）位于比利时蒙斯市，1 月 24 日到 5 月 17 日之间举办的特别展览纪念梵高在的博里纳日矿区传教的岁月。在这段岁月之中，梵高最终决定走上专业的绘画道路。

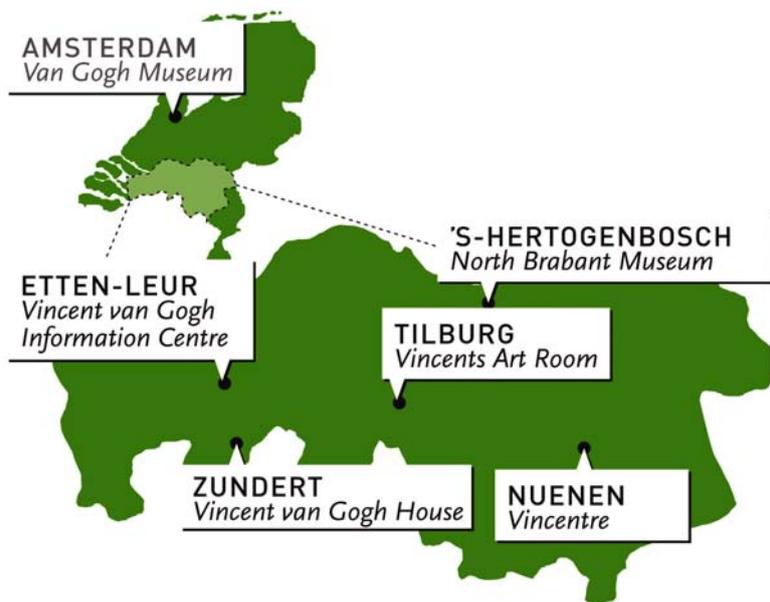
克勒勒·米勒博物馆（Kröller-Müller Museum）位于荷兰乌特勒市，4 月 25 日到 9 月 27 日将展览 50 多幅梵高不同时期的画作。

丹博思博物馆（Het Noordbrabants Museum）坐落在荷兰斯海尔托亨博斯。荷兰新锐设计师丹·罗斯加德（Daan Roosegaarde）在 6 月到 8 月期间举办由梵高激发创意的展览。罗斯加德工作室早在 2013 年 5 月就从梵高的画作《星夜》中获取灵感，设计了 600 米长的自行车道。这段自行车道在埃因霍恩（Eindhoven）地区已投入使用。

梵高在欧洲很多国家都留下了足迹，荷兰、比利时、法国和英国的很多城市和村庄都有梵高的身影。很多梵高故居都在梵高年举办了不同的活动。

Text: 张亦可编译 信息摘自梵高博物馆

Foto: © 荷兰国家旅游会议促进局 NBTC



Jil Sander: Made in Hamburg

吉尔·桑达 (Jil Sander) 是继 Karl Lagerfeld 之后德国时尚界的最大牌的设计师，两人还有一个共同点：都是汉堡人。不过，与卡尔大帝的高端大气上档次不同，Jil Sander 主打简约实用，简约女王和开士米女王的头衔世界闻名。

由 Jil Sander 塑造的 Jil Sander 时尚品牌是德国最著名的时尚品牌之一，尤其受到德国高级职业女性的喜爱，属于必须拥有的上班衣装。品牌虽然早就不由 Jil Sander 掌控，但依然延续了 Jil Sander 标志性的简洁实用风格。也许不是每个人的菜，设计太简单，剪裁不够修身，但是正是这样的简单衣着才能更有职业感和权威感，也许这正是女高管偏爱 Jil Sander 的原因。

Jil Sander 对汉堡时尚业起了举足轻重的作用。可以说，如果没有 Jil Sander，也许就没有汉堡在德国时尚业中的领头羊地位。Jil Sander 在汉堡长大、学习、起家，她在汉堡曾经的工作、服装店以及品牌旗舰店，都是时尚达人和学生朝圣的地方。

Jil Sander 在 1943 年出生，与母亲和继父在汉堡长大成人。结束了在 Krefeld 的纺织品工程学学位后，作为交流生到美国洛杉矶学习两年。学成归来，Jil Sander 成了时尚编辑，为不少女性杂志撰稿工作。1967 年，年仅 24 岁的 Jil Sander 在汉堡 Pöseldorf 开了以自己名字为名的时装店，1973 年开办个人秀，1974 年开始在欧洲销售 Jil Sander 品牌的服装。1978 年，Jil Sander 和摩纳哥化妆品牌兰嘉丝汀 (Lancaster) 合作，推出了 Jil Sander 香水 Jil Sander Woman Pure，从此 Jil Sander 品牌从时装拓展到了香水。然而，当时的时尚界崇尚奢华繁复的定制服装，

Jil Sander 的简约风并没有受到认可。她在巴黎开的服装店没有多久就因经营不善而关闭，最终不得不重新回到汉堡。

80年代起，世界时尚界重新掀起了简洁风潮，Jil Sander 也成了时尚的宠儿。她的时装设计得到职业女性的追捧，也受到了时尚业内的认可。她在1983年接替 Karl Lagerfeld 担当维也纳应用艺术大学时装设计讲师。与此同时，Jil Sander 品牌发展迅速，1989年在法兰克福上市，成为德国第一个上市的时装公司。

等到了90年代，国际时尚T台上流行起了中性风，Jil Sander 开发了十几年的极简风格又赶上了当时的流行，大牌名模都酷爱 Jil Sander 的服装，更有“Jil Sander is hot, Armani not”的口号。另外，Jil Sander 在亚洲也受到了热烈的欢迎，东京、香港和台北都有品牌旗舰店。90年代前期是 Jil Sander 品牌最炙手可热的时候。

1999年，Prada 集团收购了 Jil Sander 集团，由于双方经营理念不合，Jil Sander 在2000年告别了自己的品牌。在之后的三年中，没有 Jil Sander 的 Jil Sander 品牌亏损，Prada 不得不重新在2003年召回了 Jil Sander，新系列受到

媒体、顾客的追捧，集团销售量马上增长。然而，Jil Sander 在2004年再次因与集团经营理念不合而离去。

之后，Jil Sander 品牌几经易主。直到2012年，Jil Sander 再次回归，担当品牌创意总监。直到2013年秋季，70岁的 Jil Sander 第三次离开 Jil Sander 品牌，因个人身体原因而退休。

Jil Sander 最有名的单品是她的符合身体比例的西装、简洁设计的风衣、开式米颜色的大衣和简单的白衬衫。她的作品拒绝一切不需要的细节，采用高质量的材料制作而成，颜色以黑、灰、白、棕、深蓝和米色为主。Jil Sander 以男装的功能性作为灵感，将其运用在女装中，精致、干练、简单，适合那些居于高位的职业女性。

她的洋葱着装风格（Zwiebel Look）掀起了世界着装风潮，将不同的高档单品搭配在一起的装扮在1976年一经问世就受到了关注。历经几十年的打造，Jil Sander 依然坚持着她的单品原则：一件单品的成功在于它的经久不衰，你完全不会想要放弃它。



好运上门来找您！

巴特洪堡赌场提供轮盘赌，21点，纸牌游戏及老虎机等娱乐活动，除此之外，酒类品种多样的吧台，提供传统和季节性美味佳肴的精致餐厅也期待与您共度一个充满好运的夜晚。

我们欢迎您的到来。

www.casino-bad-homburg.de

18岁以上人士方能入内 | 请带好个人证件
杜绝赌博上瘾：咨询电话 06172 / 600 80

François Blanc
Casino Bad Homburg
since 1841



游轮玩转世界 小贴士让你玩转游轮

一座游轮宛如一个小的世界，有很多不可言传的规律。给大家介绍十个小贴士，帮你准备第一次游轮游。

贴士一：准备好随身携带的钱

游轮上提供不少免费服务，不过这些免费只是最基本的项目，很多娱乐项目以及饮料都是要单掏钱的。在准备行程的时候，记得准备出额外的金钱来。除了现金之外，信用卡可以在游轮上使用，但是注意银行 EC 卡一般不能使用。很多游轮的船卡一卡多用，不仅是上船凭证和门卡，更是船上的现金支付卡，在游轮的消费出示船卡就可以。船卡上写上了客人的名字，标注了房间号，正餐就餐时间和地点。所以，一定要好好保存好你的船卡。

贴士二：注意消毒卫生

虽然现代游轮安全设施齐全，泰坦尼克的悲剧发生的几率为零，但是邮轮上的日子最怕的是生病，尤其是流行性疾病。因此，要随时注意洗手、消毒，最好自备上消毒液或消毒纸巾。

贴士三：最好选择带有阳台的海景房间

在预定游轮游的时候，就最好选择位于外舱的海景房间，带有阳台。价格上肯定是要比内船舱的要贵不少，但是贵就贵在风景好，房间更舒适。

如果没有条件住外舱房间，那么在游轮休憩的时候，有意识的选择在外船舱的一侧停留。内船舱的一侧的安全系数比较低，为了安全起见，最好在外船舱一侧行动。

贴士四：英语不可少

Great, hilarious, awesome, gorgeous, amazing, fantastic.....

该是复习英语的时候了。无论游轮从哪国出发，英语都是游轮上的官方语言。尤其是上面提到的这些英语赞美词，更是必不可少。

贴士五：电话网络相当贵

上了游轮，准备好过几天没有电话、没有网络的日子吧。游轮上的电话和网络是卫星接收，资费不便宜。只要游轮起航，离开陆地的距离超过 12 海里以上，手机就会自动接受游轮的手机信号，每分钟手机资费平均要 5 欧元。游轮上网的价格在一小时 20 欧。

打电话和上网最好在游轮靠岸的时候解决，在港口打电话，在咖啡馆和餐厅也有免费无线网络可以使用。

贴士六：记得给小费

游轮上的住宿和早餐都是算在你的船票里，船票中包括了服务费。但是，建议还是给服务生小费，尤其是几天下来一直给你打理房间的服务生，感谢他们的服务。

贴士七：好好享受美食

就算你在减肥的话，也不要再在游轮上苛刻自己。每天20小时的自助餐厅，外加上众多餐厅，准保让你眼花缭乱。最好查好自己的游轮产品，看好哪些时间，哪些餐厅可以享受免费美食。

贴士八：吸烟在专门区域

游轮上可以吸烟，但是不是所有的地方都可以，只有在标注了“允许吸烟”的地方。甲板上通常不允许吸烟。在赌场玩的游客倒是可以吸烟。

贴士九：注意防火

游轮禁止明火，听起来好像很简单，但是很多随身用品都有可能造成火灾。吹风机，熨斗，热水器等物品最好不要带上船，正好可以省点行李空间。船舱浴室中配备了吹风机，游轮干洗店能够完成熨衣服的工作，如果有特别活动，游轮上的美发师能让你焕然一新。

贴士十：对付晕船有诀窍

理论上，游轮不容易晕船，毕竟游轮宽敞，生活舒适，给人一种其实还是在陆地酒店上的错觉。不过，总是有备无患的好，游轮度假绝对不能被晕船而破坏。

自己准备一些晕船药，随身携带。游轮上的医务室也准备了不同种类的晕船药。

随着船体的晃动，会加重晕船的情况。如果晕船状况轻微，在甲板上逐渐适应游轮的摇摆，也就不会不舒服了。但是当晕船严重的时候，最好还是在船舱中安静休息。船舱是整个游轮中摇摆晃动最小的地方，因此是休养的好地方。

Foto: © Copyright MSC Kreuzfahrten



放松自由尽享游轮 热力西班牙 8 天 7 晚邮轮游

享受地中海的热情，沐浴在温暖的阳光之中，穿梭在那些西班牙那些隐藏的小镇，放松身心，让你和家人朋友彻头彻尾沉醉在地中海的魅力之下。

和其他游轮游不同，热力西班牙游轮游主打休闲放松，好好享受五星级游轮体验。游轮停留的每一站都不是众所周知的大型旅游城市，恰恰相反，每个港口都是人口较少的小城镇，没有著名的旅游景点，却能让我们真正体验原汁原味的西班牙生活。

这次我们坐的是 MSC 地中海邮轮的和谐号 (Armonia)。地中海游轮是欧洲老牌的邮轮运营公司，他们的地中海游轮航线十分有名，邮轮旅游有品质保证。和谐号是地中海邮轮的老牌小型邮轮，不过不用担心，改建升级的和谐号绝对够现代，够奢华。新和谐号在去年年底才投入使用，启动为期两年的文艺复兴项目，更多露台海景房，新餐厅和酒吧，五个不同年龄层的儿童俱乐部，新的露天游泳池，住的更舒适，玩的更疯狂。

对于带孩子的父母来说，无论是什么年轻层的孩子都能在游轮上找到自己的乐趣，爸妈们也能放松的享受自己的假期时光。和谐号上有五个儿童俱乐部和一个青少年中心，从小婴儿，每三岁之间的孩子们就有他们年龄段的俱乐部，和同龄朋友一起玩耍。带着小宝宝的家长不用担心，婴儿俱乐部 (Babyclub) 中有专业人士全方位照顾小孩，游轮上准备了儿童车、奶瓶加热器、婴儿秋千以及婴儿背包，保证带着小宝宝的父母也能享受一段没有压力的梦幻旅行。大一点的

孩子也有自己的乐趣，Wii, PlayStation 和 Xbox 等游戏机让青少年玩痛快。

建议大家启程之前在地中海邮轮官方网站上申请加入邮轮俱乐部 (MSC Club)。对于我们来说，拥有会员卡的最大好处是可以参加游轮专门为会员举办的欢迎酒会，穿上小正装享受一把 VIP 的尊贵待遇。当然了，会员卡还能在游轮消费时获得折扣，得到积分。

Foto: © Copyright MSC Kreuzfahrten

线路信息

线路名称	欧洲大陆的尽头，热力西班牙 8 天 7 晚邮轮游
游览国家	西班牙，葡萄牙
行程安排	拉斯帕尔马斯 (西班牙) - 圣塞瓦斯蒂安德拉戈梅拉 (西班牙) - 丰沙尔 (马德拉 / 葡萄牙) - 圣克鲁斯德拉帕尔马 (西班牙) - 圣克鲁斯特内里费 (西班牙) - 拉斯帕尔马斯 (西班牙) - 拉斯帕尔马斯 (西班牙)
上下车点	

具体线路详情
请扫描二维码



-15%

German Style
德国时尚免税店 法兰克福分店



请在柜台结账时刷此条形码，享受15%优惠
地址：Braubachstrasse 36, 60311, Frankfurt am Main, Germany
本活动最终解释权归德国时尚免税店法兰克福分店和开元旅游集团所有

开元折扣

-10%

阿姆斯特丹ZAZARE钻石名表中心



zazare diamonds
Amsterdam

请在柜台结账时刷此条形码，享受10%优惠
地址：Weteringschans 89, 1017 RZ Amsterdam The Netherlands
本活动最终解释权归阿姆斯特丹ZAZARE DIAMONDS和开元旅游集团所有

开元折扣

-5-10%

科隆Millenia免税店



请在柜台结账时刷此条形码，享受手表百货5% 刀具厨具10%优惠
(Omega不参加优惠活动) 有效期至2014年12月31日
地址：Bahnhofsplatz 1, 50668, Köln, Germany
本活动最终解释权归科隆Millenia免税店和开元旅游集团所有

开元折扣

EXTRA -5%



SWAROVSKI
施华洛世奇水晶德国专柜



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
此优惠券在德国全境所有施华洛世奇Concession和Boutique专柜有效
本活动最终解释权归施华洛世奇(德国)和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

German Style
德国时尚免税店科隆分店



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Andreasklosterstrasse 2-4, 50667, Köln, Germany
本活动最终解释权归德国时尚免税店科隆分店和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

萨尔茨堡S&K免税店
S&K Salzburg Duty free shop



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Schallmooser Hauptstrasse 5, 5020, Salzburg, Austria
本活动最终解释权归奥地利S&K免税店和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

维也纳免税店
ROMY DELUXE SHOP



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Rampstorffergasse 46, 1050, Wien, Austria
本活动最终解释权归奥地利ROMY DELUXE SHOP免税店和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

德国时尚珠宝名表行



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Tomas-Wimme-Ring 3, 80539, München, Germany
本活动最终解释权归德国时尚珠宝名表行和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

German Style
德国时尚免税店慕尼黑总部



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Tomas-Wimme-Ring 1, 80539, München, Germany
本活动最终解释权归德国时尚免税店慕尼黑总部和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

Apollo Duty Free
阿波罗精品免税店



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Berlinerstrasse 44, 60311, Frankfurt am Main, Germany
本活动最终解释权归阿波罗精品免税店和开元旅游集团所有

开元折扣

-5%

法兰克福
TOBOSST 免税店



请在柜台结账时刷此条形码，享受5%优惠
地址：Berlinerstrasse 26, 60311, Frankfurt am Main, Germany
本活动最终解释权归德国Tobosst免税店和开元旅游集团所有

开元折扣

-2%

TRIPIDI
法兰克福机场免税店



请在柜台结账时刷此条形码，享受2%优惠
地址：法兰克福机场, 1号航站楼, 1楼, A厅
本活动最终解释权归法兰克福机场免税店和开元旅游集团所有

开元折扣



下载开元折扣APP
更多折扣和返利
尽在指尖
<http://discount.kaiyuan.eu/>

下载iPhone版

下载Android版

Cashback and More



Scan

追寻地中海的古典美好 11天10晚东地中海航线游

坐着游轮穿越地中海，在游轮上享受五星级的休闲奢华，下游轮去感受历史的沧桑。站在罗马的古斗兽场感受曾经的腥风血雨，穿梭在奥林匹亚遗迹回顾古希腊的辉煌岁月，驻足雅典卫城寻找心中的雅典娜……

NCL 挪威翡翠号 泡在游轮上

NCL 挪威翡翠号 (Norwegian Jade) 是挪威邮轮旗下的地中海航线五星级邮轮。挪威邮轮 (NCL) 拥有 14 艘五星级豪华邮轮，首创了自由休闲式游轮游 (Freestyle Cruising)，在游轮上享受五星级度假村的度假体验，根据自己的个人旅游需求来安排游轮上的生活和活动。

挪威翡翠号全年行走在地中海之中，领略地中海的风情。邮轮上有 15 家餐厅，从美式牛排店到美式蛋糕店，从亚洲餐厅、寿司店到法式咖啡厅，无论是想吃什么风味的美食都有足够的选择。这其中七家餐厅可以免费就餐。如果想要晚上吃夜宵，24 小时客房服务和披萨服务将美食送到你房间，直到凌晨五点还有吃的吃。

游轮上的夜生活怎能让你失望？13 家酒吧里畅饮美酒的同时，夜总会、赌场和烧烤总有一款适合当晚休闲娱乐的心情。



吃喝玩乐之后，想要来点有意义的活动？去图书馆安静的读书，去画廊欣赏艺术作品，去剧院看表演，去小教堂做弥撒，去健身房做运动，去跑道慢跑，去打网球、篮球和排球，去游泳池游泳放松……带着孩子的家长可以陪着宝贝在儿童游泳池玩水，在儿童游戏间或青少年俱乐部和同龄人一起玩耍。

不要忘记带一身白色衣服。邮轮举办的白色热力派对（White Hot Party）要求参加者穿着白色服饰。不过，不用担心，白色服装可以是任何白衣服，白衬衫，白裙子，正装或休闲都可以。在派对的彩色灯光照射下，无论你穿什么，都让人看起来酷霸屌。

眼花缭乱了么？至少你在游轮上的三天不会无聊了，对于宅男宅女而言，只怕是十天泡在游轮上都没有问题。

穿越千年的罗马

条条大路通罗马，这一次我们坐着邮轮来到罗马，也算是别具一格了。

罗马被誉为全球最大的露天历史博物馆，必看的名胜古迹可追寻到千年之前。古罗马斗兽场（Colosseo）是古罗马帝国的象征，也是世界上最大的圆形露天剧场。无数角斗士在这里一决生死，无数鲜血洒在这片土地上。根据当地的传说，斗兽场是通往地狱的直接入口，死在这里的逝者因为他们角斗的暴行而无法得到永生，因此直接下到地狱。

特莱维喷泉（Fontana di Trevi）也叫处女喷泉，名字来自喷泉诞生的传说。据说在建设喷泉的时候，一队军人为了寻找泉眼而铩羽而归，一个年轻的处女给军人指点迷津，因此有了处女喷泉之名。除了传说和完美的雕塑艺术之外，特莱维喷泉的许愿池更是声名远扬，来这里许愿算是罗马一游



的必须一站。许愿的姿势有规矩，背朝着喷泉站，右手拿着硬币，朝着左肩向后抛出硬币。据说，如果扔一枚硬币到喷泉之中，你未来有一天会再次回到罗马。扔两枚硬币会遇到新恋情，投三枚硬币就会爱情成真，成就一段婚姻。

在罗马做短暂的城市旅行的话，可以考虑购买罗马一卡通（Roma Pass）。48 小时的罗马一卡通价格 28 欧，三天的罗马一卡通价值 38 欧，可免费参观两个景点，第三个以上的景点票价可享受折扣，乘坐公共交通免费。凭借罗马一卡通可以直接进入斗兽场，不需要排队。

朝圣奥林匹亚

游轮抵达卡特科隆港口（Katakolon），千万不能错过专门去往奥林匹亚的班车。奥林匹亚大家都不陌生，它不仅是奥运会的发源地，更是与古希腊文明息息相关，那些古希腊神话中的神祇也许依然还盘桓于此。

奥林匹亚遗迹（Sanctuary of Olympia）自公元前十世纪起是崇拜宙斯的中心，这里很多的建筑物都是几十代人的呕心沥血之作。古希腊人将体育竞赛看作祭祀奥林匹亚众神的节日活动，公元前 776 年起，奥林匹亚每四年举行奥林匹克运动会，这也就是最早的奥运会。如今的奥运会圣火都是从这里点燃开始。

奥林匹亚遗迹的中心是阿尔提斯（Altis），这里是向奥林匹亚众神献祭、朝拜的地方，其中最著名的建筑是宙斯神庙（Temple of Zeus）和赫拉神庙（Temple of Hera）。遗憾的是，奥林匹亚遗迹中最重要的宙斯神像已经灰飞烟灭，这座雕像由古希腊雕刻大师菲迪亚斯（Pheidias）所作，黄金和象牙镶嵌制成，创作于公元前五世纪，

Foto: © Copyright NCL Norwegian Cruise Line

线路信息	
线路名称	11 天 10 晚东地中海航线游
游览国家	意大利 - 希腊 - 土耳其
行程安排	奇维塔韦基亚（罗马 意大利）- 卡特科隆（希腊）- 比雷埃夫斯（希腊）- 库沙达瑟（土耳其）- 伊斯坦布尔（土耳其）- 那不勒斯（意大利）- 奇维塔韦基亚（罗马 意大利）
上下车点	奇维塔韦基亚，意大利

具体线路详情
请扫描二维码



亚超为您送健康 每周给您多一点新鲜



周一、二到新货，给大家准备了新鲜的时令蔬菜
周五、六限时大打折快来抢购吧！

买**10**送**1**，满**39**欧**免邮费**
满**20**欧邮费只需**1.99**欧

更多优惠
请扫描二维码



欧淘网?

——专业的海淘转运

Honssan GmbH
Dieselstrasse 28 85748 Garching
DEUTSCHLAND
(Tel): 0049 89 416159016



网站购物，
收货地址写欧淘



包裹到达仓库



欧淘入库、
打包、出库



欧淘物流
派送到中国

一切从西西里开始 飞向意大利西西里岛

还记得《教父》吗？相信每个男生都曾经有过古惑仔的梦想，每个女生都曾经捧颊对着黑衣酷哥尖叫。一切都从西西里开始。

首都巴勒莫

巴勒莫 (Palermo) 是西西里岛和巴勒莫省的首府，一直以来都是西西里黑手党的盘踞之地。如今，黑手党依然是巴勒莫的一部分，尽管你在大街上不会看到帮派火拼的场面，教父的沉默法则依然统治这个城市。

巴勒莫当然不是只有黑手党，早在公元前八世纪由腓尼基人建立，先后由阿拉伯人，诺曼人，拜占庭人统治。因此，巴勒莫充斥着不同风格的建筑，也就不奇怪了。

巴勒莫大教堂 (Cattedrale di Palermo) 就是明显的代表，这座巴勒莫最重要的教堂是阿拉伯式和诺曼式的混搭风格。大教堂早在 6 世纪就建成了，等到阿拉伯人来到了西西里，他们将这座天主教堂改建成了清真寺。12 世纪初，地震严重破损了大教堂，教堂在 1184 年重建。之后开始了长达几个世纪的修修补补，给本来就混搭的大教堂加入了哥特风格。

大家有没有曾经偷偷笑过欧洲那些裸体雕塑吗？意大利出了米开朗基罗这样的雕刻大师，但是你能想象巴勒莫人曾经也鄙视过人体雕塑了吗？普雷托利亚喷泉 (Fontana Pretoria) 因雕塑过于暴露而被称为“羞耻喷泉”。这座喷泉在 16 世纪中期修建而成，本来给一座佛罗伦萨别墅定做，

但户主对喷泉不满意。巴勒莫买下了这座喷泉，将她安置在了城市中心。然而当地人对喷泉极其不满，雕塑不仅袒胸露乳，雕塑之间相互凝视调情。18、19 世纪期间，喷泉一直都是堕落的象征。如今，这座三层高的庞大喷泉是巴勒莫不可不看的一景。

与死亡相遇

黑手党的大本营自然少不了死亡，无独有偶的是西西里岛制作木乃伊的技术也相当有名。不过这就跟黑手党没什么关系了，早在 16 世纪僧侣就开始使用木乃伊技术来保存尸体。来到巴勒莫，一定要去世界最大的干尸墓地卡普奇尼修道院地下墓穴 (Catacombe dei Cappuccini) 去看看。虽然卡普奇尼修道院地下墓穴被列入了世界上最令人毛骨悚然的九大地方，这里却是几百年来西西里岛僧侣、民众安息的地方。

卡普奇尼修道院在 1599 年发现，地下墓穴中本应变成骷髅的 40 具遗骸变成了干尸，出乎了他们的意料。院长将这些干尸放在墙的一侧，警示僧侣们要准备好自己的身后事。修道院越来越出名，不仅僧侣还有信徒葬在地下墓穴之中，墓穴的位置越来越少，僧侣们从中找到了独特的木乃伊技术。两百多年以来，巴勒莫地区的居民大都葬在这里，



直到 1837 年政府禁止干尸葬礼，不过到了 1881 年木乃伊葬礼才算是真正终止。这段期间下葬的木乃伊都保存在棺材之中，与早前的干尸区分开来。

卡普奇尼修道院地下墓穴曾保存了 8000 多具干尸，随着时间的推移，很多木乃伊破损，如今只有 2063 具木乃伊还住在地下墓穴。干尸整齐的排列在七个走廊之中，男性，女性，专家（医生、律师、政治家、官员等），神职人员，僧侣，处女和儿童。不少西西里岛的名人葬在这里，不过一具木乃伊尤其有名。不到两岁的 Rosalia Lombardo 在 1920 年去世，她的木乃伊在 2009 年失去功效，当地人使用了卡普奇尼修道院的木乃伊技术，重新为她塑造了木乃伊。如今可以在地下墓穴看到可爱的 Rosalia 安静的躺在玻璃棺材中，面容安详，做着美梦。

教父都愛吃的 Cannoli

意大利甜点不是只有提拉米苏和意式冰淇淋，既然来到了西西里，总要尝一尝教父曾经吃过的甜食。这就是西西里岛经典甜点——卡诺里卷（Cannoli）。

卡诺里卷（Cannoli）在意大利语中意为小管子，形容的是卡诺里的外形。油炸面卷中填充了甜奶酪馅，香脆的外皮就着绵软顺滑的馅料，新鲜制作热着吃。卡诺里曾经是斋戒期间食用的食物，如今一年到头都能吃到，凡是意大利大甜点店都能找到卡诺里卷。

在《教父》电影中也能找到卡诺里的身影，不过卡诺里在《教父》里可谓是甜蜜的诱惑，死亡的化身。克莱门扎

（Clemenza）为了给教父报仇，前去杀死保利·盖托（Paulie Gatto），途中停下给妻子买了一盒卡诺里。枪杀了盖托后，克莱门扎留下了一句经典的卡诺里台词：“扔下枪，拿上卡诺里”。卡诺里不仅仅出现在这一个场景中。教父独生女康妮·柯里昂（Connie Corleone）在卡诺里卷中下毒，毒杀了艾托贝洛（Osvaldo Altobello），为哥哥报仇。

线路信息

线路名称	意大利西西里岛
游览国家	意大利
行程安排	法兰克福，杜塞尔多夫，科隆，波恩，汉诺威，汉堡，斯图加特，柏林，慕尼黑，奇维塔韦基亚，
上下车点	意大利

具体线路详情
请扫描二维码



马略卡岛 地中海度假天堂

如果你在欧洲生活，你一定听说过马略卡岛，也许还去那里度过假。

马略卡不仅仅是世界上著名的沙滩和海湾的代名词，自然，高尔夫，文化，水上运动和娱乐活动，有绝对足够多的理由去马略卡。

马略卡岛（Mallorca）也被翻译为马约卡岛，马略卡岛是巴利阿里群岛（Balearen）中最大的岛屿，首府是帕尔马（Palma）。岛上起伏绵延的山脉、温暖明媚的终年阳光、历经几世纪的西班牙传统建筑和乡村风光，这一切都铸就了马略卡岛在地中海地区著名的避暑度假胜地。

马略卡岛的海岸线长达 550 公里，其中不乏清透的白色沙滩，漂亮美好的海湾。包围着马略卡的海水干净清澈，适合各种水上活动，潜水、冲浪、钓鱼，数不胜数，更不用说，在海滩上嬉水玩耍了。

马略卡岛虽然早就是开发成熟的旅游胜地，岛上的自然风光依然保持了几百年前的风情，随便在哪里都能拍下媲美风景明信片的照片。将近五分之二的小岛都处在自然保护区之内，特拉蒙塔纳山脉（Sierra de Tramuntana）位于马略西北部，蔓延 90 公里，最高峰马佐尔峰（Puig Major）1445 米。卡夫雷拉海洋国家公园（Nationalpark Cabrera-Archipel）和卡夫雷拉小岛是马略卡岛中最不为人知的小岛，小岛的游人非常少，卡夫雷拉小岛可以说是一百年前的马略卡岛的样子，依然保存了那份质朴和纯真。

尽管马略卡岛位于西班牙，上岛后却让人仿佛身在德国。马略卡是德国人最喜欢的度假胜地，无论春夏秋冬，马略卡都聚集了众多的德国度假者。将近一半的马略卡游客来自德国，在岛上说德语绝对不会错。也因此有人戏称马略卡是德国在德国境外的联邦州。



马略卡的肖邦

在马略卡，最大牌的名人是音乐家肖邦和他的情人女作家乔治·桑。不少介绍写道，肖邦和乔治·桑在马略卡岛是浪漫和创作之旅，他们在瓦尔德摩萨小镇（valldemossa）度假休养了三个半多月。这期间，肖邦创作了著名的《雨滴前奏曲》，乔治·桑完成了《马略卡的冬天》和《斯皮里底翁》。不少情侣在这里观光，甚至是蜜月旅行。但是，事实远远不如传说那样美好，不过，这依然不影响我们去造访肖邦故居。

肖邦（Frédéric Chopin）和乔治·桑（George Sand）在1837年于巴黎的沙龙中认识了，他们很快就陷入热恋，但是两人的爱情和生活方式没有得到周围人的认可。乔治·桑大肖邦六岁，她有两个孩子来自前段婚姻，她和她女儿穿着男装，不去教堂。这些都让他们很难融入当时的巴黎社会。

肖邦患有肺结核，乔治·桑的儿子患有风湿，医生建议他们到马略卡休养，好减轻病情。情侣两人也迫切的想要逃离巴黎，在1838年的冬天来到了瓦尔德摩萨的 Sa Cartoixa de Jesús Natzarè 修道院居住。这座14世纪就屹立在小镇上的修道院依然保留了肖邦两人的故居，他们俩人在这里居住了两个多月。

修道院的生活简陋，居住环境阴冷潮湿，也正因为如此有了肖邦的《雨滴前奏曲》和乔治·桑的《马略卡的冬天》这些传世名作了。

但是，马略卡的休养并没有朝好的方向走。肖邦的病情不断恶化，肖邦和乔治·桑未婚同居不被当地人接受，在三个半月之后离开了马略卡返回了巴黎。两人的感情也在这段时间倍受煎熬，没有多久就分手了。

因此，给大家纠正一下所谓的马略卡肖邦爱情之旅，真实的故事让人唏嘘不已，不过也许正是这种艰辛才会有名作的流传，我们这些普通人也只能去造访前任的故居了。

马略卡的美食

在马略卡去餐馆吃饭，不要去得太早，午餐时间从 13 点开始，晚餐从 20 点开始。餐桌上肯定少不了面包和橄榄油。往面包上撒上橄榄油，直接当开胃菜吃，仔细品尝橄榄油的醇香。结账的时候，也许帐单数目会让你惊讶，你真正消费的数额还要另加上 7% 增值税。账单上还会有这么一项“cubierto”，即餐具费用，每人要支付 50 欧分到 1.5 欧。最后，还不要忘了小费，将小费放在放置账单的盘子上。

搭配正餐怎么了少了美酒饮料？葡萄酒是午餐和晚餐佐餐的绝配，矿泉水也是餐桌上不可或缺的部分。不过在点水的时候一定要看清楚，纯净水和苏打水在名字上有明显的区别，带（amb 或 con）或不带（sense 或 sin）气泡（gas）的矿泉水（aigo 或 agua）。另外，有机会可以尝尝当地的特色饮料 horchata d'Ametla 杏仁牛奶。

马略卡盛产杏仁，马略卡杏仁是典型的甜杏仁，是当地饭后甜点的重要材料，很多美味都是 18、19 世纪代代相传的食谱。在马略卡，放开肚子大吃杏仁吧，杏仁冰淇淋，杏仁牛奶，杏仁海绵蛋糕（turrón），杏仁酥皮点心（Gató），杏仁利口酒，虽然绝对少不了卡路里，不过度假放纵永远都是最好的借口。

大家都对西班牙海鲜饭 Paella 不陌生，马略卡当地也有自己的特色米饭菜肴。arròs brut 的意思是脏米饭，但是跟我们印象中的脏米饭完全不搭边，米饭颜色鲜红，绝对不“脏”。arròs brut 其实是一种炖饭，是当地普通人的家常菜，使用手头上现成的材料和米饭熬煮，质感类似于汤饭。炖饭使用三种不同的肉，通常是鸡肉、猪肉和兔肉的组合，加入了彩椒、洋葱等蔬菜，还有藏红花的画龙点睛。

Foto: © Copyright Spanien info

线路信息

线路名称	马略卡岛海岛双飞
游览国家	西班牙，葡萄牙
行程安排	法兰克福，杜塞尔多夫，科隆，波恩，汉诺威，汉堡，斯图加特，柏林，慕尼黑 奇维塔韦基亚
上下车点	意大利

具体线路详情
请扫描二维码





漫步蔚蓝海岸玩转地中海 巴塞罗那蔚蓝海岸七日狂想曲

趁着夏季还没有到来，趁着地中海还没有挤满了世界各地的游客，让我们漫步在著名的地中海蔚蓝海岸，尽览西班牙、意大利、摩纳哥和法国的美好。

走在红地毯上 为戛纳电影节预热

每年五月份，来自世界各地的娱乐媒体都将镜头瞄准了戛纳电影节，追逐那些闪烁耀眼的明星。几十万人来到戛纳电影节，参加这个世界上最大、最重要、最著名的国际电影节。趁着现在电影节还在准备阶段，趁着戛纳还在安静的沉睡之中，正是我们去戛纳的好时候。

今年的戛纳电影节（Festival de Cannes）在5月13日到5月24日期间举办，电影节最重要的活动都在影节宫（Palais des Festivals）举行。想要感受戛纳电影节，最重要的一站就是戛纳影节宫。

戛纳影节宫是戛纳电影节的举办地点，影节宫与戛纳电影节经历了风雨，如今的戛纳影节宫代表了戛纳影展在世界上的地位、身份和荣耀。戛纳电影节几经起伏，戛纳影节宫也早就不是最初的影节宫了，这还得从最初开始说起。

戛纳电影节在1946年首次举办，第一座戛纳影节宫克鲁瓦塞特宫（Palais Croisette）在1949年落成。随着电影节

的发展壮大，戛纳市在1979年决定打造一个带有赌场的新影节宫，推动城市经济和旅游发展。1982年，戛纳影节宫正式投入使用。克鲁瓦塞特宫在运营了35年之后完成了它的使命，如今被改建为万豪酒店（JW Marriott）。影节宫几经扩建，如今的展览面积达到3.5万平方米和众多大厅和剧院。

在戛纳电影节之余，影节宫在平时是戛纳的会议和展览中心，每年举办120多场展览和表演。如果有兴趣的话，可以在官网上查询相应的活动。

影节宫（Palais des Festivals）

地址：1, boulevard La Croisette, Cannes, France

网址：<http://www.palaisdesfestivals.com>

王室光环下的摩纳哥

从戛纳来到摩纳哥，戛纳和摩纳哥有着不解之缘。戛纳给摩纳哥带来了摩纳哥最传奇、最受爱戴的王妃格蕾丝·凯利。格蕾丝·凯利（Grace Kelly）在1955年带领美国代表团参加戛纳电影节，她受邀在摩纳哥亲王宫与亲王合影拍摄，就此邂逅了雷尼埃三世亲王（Rainier III），从此上演了真人版的童话故事。

也许是纪念戛纳、摩纳哥和格蕾丝·凯利，去年戛纳电影节的开幕电影就是《摩纳哥王妃》，讲述独一无二的摩纳



哥王妃格蕾丝·凯利的真人版童话故事。妮可·基德曼主演了传奇的格蕾丝·凯利（Grace Kelly），从好莱坞影星到24岁获得奥斯卡影后，26岁成为摩纳哥王妃，养育了三个孩子，她的儿子阿尔贝二世（Albert II）是如今的摩纳哥亲王。

如果没有格蕾丝·凯利就不会有如今的摩纳哥，她的到来让世界认识了摩纳哥，她是摩纳哥最著名的人物，很多摩纳哥街道都以格蕾丝·凯利的名字命名。格蕾丝·凯利和亲王的爱情更是完美的童话故事，52岁的格蕾丝香消玉损，亲王终生未再婚。

亲王在1984年于丰特维耶公园（Fontvieille Park）中兴建了格蕾丝王妃玫瑰园来怀念他的爱妻，那朵永不凋谢的摩纳哥玫瑰。格蕾丝钟爱玫瑰，在他们的世纪婚礼上，雷尼埃三世专门为她培育了摩纳哥格蕾丝粉红玫瑰（Grace de Monaco）。格蕾丝王妃玫瑰园（Rosaie Princesse Grace）占地面积5000平米，种植了300多种玫瑰品种，花园里弥漫着玫瑰的芳香。

如今，也许是王室的神秘又神圣的魅力，也许是继承了格蕾丝的美貌，摩纳哥这一代的王室成员一直是媒体追逐的焦点，摩纳哥亲王阿尔贝二世的风流韵事和婚姻不顺经常见诸报端。说到摩纳哥亲王，来到摩纳哥一定要去摩纳哥王宫，这座摩纳哥最雄伟的建筑展示着摩纳哥的王权。

摩纳哥亲王宫（Palais Princier de Monaco）建于1215年，800年来见证着摩纳哥的兴衰。亲王宫是历代执政亲王的私人宫殿，但是宫殿中的国宾厅（State Apartments）在4月至10月对公众开放，每天11:55在王宫门口看到士兵交接仪式，建议大家最好在11点半的时候就到广场找好位置。参观交接仪式的游客很多，去晚了就没有好的视野了。

格蕾丝王妃玫瑰园（Rosaie Princesse Grace）

地址：Avenue des Guelfes, 98000 Monaco

时间：24小时开放

网址：<http://rosaraie.mc>

摩纳哥王宫（Palais Princier de Monaco）

地址：Place du Palais, 98000 Monaco

时间：4月2日到10月31日10点—18点

票价：王宫及拿破仑纪念馆通票8欧元，儿童及学生4欧元；王宫及海洋馆通票19欧元

网址：<http://www.palais.mc>

美食吃不够

在巴塞罗那蔚蓝海岸一路走下来，嘴巴也不能停。一路走过的国家都以他们的美食著称，每个国家都有自己的特色，但都深受了地中海地区的影响。让美味抚慰旅途的疲惫，好好品味蔚蓝海岸的味道。

法式杂菜烩 (Ratatouille) 是南法的名菜，同名电影《美食总动员》让我们认识了这道颜色鲜亮的菜肴，不过现实生活中的杂菜烩跟电影中的卡通完全不同，毕竟名字中的烩字揭示了一切。法式杂菜烩起源于尼斯，全名是尼斯杂彩烩 (Ratatouille Nicoise)，通常是配菜，也能就着米饭、面条和面包做素食主菜，在南法一天三餐都能吃到。法式杂菜烩汇聚了新鲜蔬菜，番茄、茄子、西葫芦、彩椒、洋葱、大蒜和香草。法式杂菜烩有很多做法，电影中料理老鼠做的杂菜烩是法式名厨 Julia Child 的做法，将蔬菜分别炒过，再按层将他们排好，倒入番茄熬成的酱烘焙。自己做的肯定没有电影中漂亮，但是就如电影中所说，亲手做的杂菜烩承载了独一无二的记忆，我们的孩子会有一天说：“这就是妈妈曾经做的味道”。

来到了西班牙，一定不能错过西班牙最有名的 tapas。Tapas 并不是具体的菜肴，而是西班牙小吃或开胃菜的统称，代表着西班牙特有的饮食文化和生活方式。Tapas 变化多端，并没有一定之规，不同的地区、餐厅和厨师都有着自己的特色 tapas，也许是简单的腌橄榄，也许是烟熏吞拿鱼。几乎每个西班牙咖啡厅和酒吧都会供应 tapas，就着一杯美酒吃上几小碟 tapas，西班牙人更是创造了 tapear 这个动词来描述去吃 tapas 的行动。

离开西班牙去往米兰，吃点米兰特色的意大利菜肴。我们都知道意大利菜少不了面条、番茄和海鲜，不过米兰菜却独树一帜，偏爱米饭，吃红肉，其中米兰烩饭 (Risotto alla milanese) 最具特色。米兰烩饭用牛肉、牛骨髓熬制，加入了藏红花，给米饭带来了金黄的色泽和独特的香味。

Foto: © Atout France / Robert Palomba & Tourisme et des Congrès de LA Principauté de Monaco

线路信息

线路名称	巴塞罗那蔚蓝海岸七日狂想曲
游览国家	法国 - 西班牙 - 意大利 - 德国
行程安排	法兰克福 - 斯图加特 - 科尔马 - 第戎 - 里昂 - 尼姆 - 巴塞罗那 - 戛纳 - 尼斯 - 摩纳哥 - 米兰 - 斯图加特 - 法兰克福
上下车点	法兰克福, 斯图加特

具体线路详情
请扫描二维码



五渔村的魅力有山有水有风景 阳光魅惑意大利写意之旅

五渔村（Cinque Terre）坐落在意大利北部的里维埃拉海滨（Riviera），Cinque Terre 在意大利语中意为五个岛屿，如今说到它指的就是五渔村和五渔村国家公园。五座小村庄静静地被险峰和大海包裹着，色彩缤纷的小房子或静卧在海岸边，或站立在山峰上。置身于如诗如画的五渔村之中，仿佛处在了童话世界之中。

五渔村由五个渔村组成，他们分别是里奥马乔列（Riomaggiore）、马纳罗拉（Manarola）、克里日亚（Corniglia）、韦尔纳扎（Vernazza）和蒙特罗索（Monterosso）。五渔村在一千多年以来一直与世隔绝，直到 70 年代才开始与其他地区和国家联系。不过，五渔村得天独厚的地理位置，背靠大山，面朝大海，一直让人望而却步，曾几何时五渔村只能坐船才能靠近。

五渔村用栈道将森林、峭壁、渔村连接起来，长达七千米的栈道由石头打造，五渔村的村民头顶着篮子，运输修建栈道所需的石头和泥土。栈道修建完成后，村民们在栈道两侧种植了葡萄、蔬菜、罗勒、橄榄树、柠檬树等等，这也影响了当地人的饮食。葡萄做成葡萄酒，罗勒做成佩斯托青酱、橄榄榨出橄榄油，柠檬腌成柠檬利口酒，这些也成了五渔村标志性的美食。

由于五渔村与众不同的栈道和自然人文环境，联合国教科文组织在 1997 年将其列入世界遗产名录，在 1999 年成立了五

渔村国家公园。五渔村国家公园（Cinque Terre National Park）是意大利第一个国家公园，也是意大利最小的国家公园，公园面积 4300 英亩，国家公园中的五个渔村居住了 5000 多名居民。除了五渔村，国家公园还包含了勒梵托（Levanto）和拉斯佩齐亚（La Spezia）两个小镇。

五渔村和五渔村国家公园最好的旅游季节是四月到十月底，在地中海中畅游，骑自行车或者骑马去看渔村的风景，或者，简单的漫步在栈道上，让自己迷失在那些小巷之中，照些秀美的照片，储存下美好的记忆，坐下来享受一番五渔村的当地美食。

爱之路

五渔村相对独立又相互依托，串联起五个渔村的栈道不仅是编织起五渔村的交通网络，更是五渔村风景独好的地方。在栈道上和旁边拍照总是能找到最好的角度。

五渔村最重要、最著名的栈道是 Sentiero Azzurro，翻译过来就是蓝色小径。这条栈道之所以有名，在于它可以到达所有的五座渔村，整条栈道平缓、没有难度，可以尽享沿途的风景。蓝色小径中最为人熟知的是爱之路（Via dell'Amore），是连接里奥马乔列（Riomaggiore）和马纳罗拉（Manarola）之间最短并且最容易的栈道。这一段小径是整个五渔村栈道中游人最多的一条，尤其夏季是人声鼎沸。

爱之路的来历众说风云，但是似乎都与情人没什么太大关系。第一个版本略显平淡，过去五渔村并没有栈道，当地居民每次都要跋山涉水。30年代早期，里奥马乔列和马纳罗拉之修建了石头栈道，用来运送当地的农产品。这条栈道很快成了两个村庄的年轻男女互通有无的地方，村庄之间很快诞生了诸多情侣档，他们在日出和日落在这里共度浪漫时光。第二个版本也跟浪漫无缘，据说五渔村地区要修建铁路，需要大量炸药挖掘隧道，需要安全的地点来存放炸药，而地点正好被选在了这里，因此修建了这条运送炸药的小径。后来，情侣们在这条废弃的小径上幽会，从而有了如今的爱之路。

不管爱之路是如何而来，如今在这条爱情之路上，随处可见到此一游的情侣留下的爱的宣言和痕迹。因此，这里也是世界知名的蜜月度假目的地。

不能错过的美食：佩斯托青酱和柠檬利口酒

来到五渔村，葡萄酒园和橄榄树随处可见，不难想象五渔村人的餐桌上少不了当地自产的葡萄酒和橄榄油。遥望五渔村的海岸线，不难推断出这里的饮食少不了鱼和海鲜。漫步在起伏的自然之中，一路上不乏柠檬树、栗子树、蔬菜、地中海香草和蘑菇。一千多年来，五渔村的村民住在相对隔绝的渔村之中，自给自足。当地饮食采用当地自产和大海捕捞的食材，烹饪方式简单，食谱代代相传。

五渔村最家喻户晓的美食是鼎鼎大名的意大利青酱佩斯托酱（Pesto）。尽管佩斯托酱在意大利各地都能吃到，但五渔村所在的利古里亚（Liguria）才是青酱的发源地。据说，只要吃了热那亚佩斯托酱（pesto genovese），你就会在这里流连忘返，根本不想离开。

早在古罗马时期，古罗马人就开始食用名为 *moretum* 的酱料，使用碾碎的奶酪、大蒜和香草。罗勒从印度传到了意大利利古里亚和法国普罗旺斯。利古里亚附近的热那亚（Genoa）人将罗勒叶、大蒜、干奶酪、松仁和橄榄油混合在一起，创造出了独一无二的佩斯托酱。每个利古里亚人家都有自己家传的青酱配方，因此佩斯托酱并非一成不变。在利古里亚地区，人们吃什么都能就着佩斯托酱吃，无论是面条、面包还是披萨，抹上佩斯托酱就是一道美味。



五渔村中最常见的佩斯托酱菜是佩斯托酱面条（Trofie al Pesto）。Trofie 这种意面是五渔村的特色，栗子面做成，形状如豆角。这道青酱面条通常搭配着煮青豆角和土豆，在青酱的清香中还能享受豆角的清脆和土豆的绵软。

每个五渔村花园都肯定有一棵柠檬树，当地人将自家收获的柠檬做成柠檬利口酒（Limoncino 或 Limoncello），有机会到当地人家里做客的话，主人家会在饭后端上自家酿造的柠檬利口酒，明亮的黄色液体融合了柠檬的酸味、利口酒的浓醇，咂咂嘴还有浅浅的回甜。

大家都对披萨不陌生，但是有多少人认识佛卡夏面包（Focaccia）呢？五渔村不仅有很多披萨店，每个村庄都有自己的佛卡夏面包店（focacceria）。佛卡夏面包最大的特色是他的配料，在这一点上与披萨有异曲同工之妙，在面团顶部放上丰富多样的食材。两者的区别在于，佛卡夏不使用奶酪而是先用手指在面团上按压出一个个小坑，面包表面上坑洼不平，最

后浇上橄榄油到烤箱中烘焙。在这里，即使是三明治也是用佛卡夏面包做成的，人们反而很少吃普通的面包。

线路信息

线路名称	阳光魅惑意大利写意之旅
游览国家	德国, 意大利
行程安排	慕尼黑-林道-米兰-浪漫圣地“五渔村”-比萨-锡耶纳-圣吉米纳诺-罗马-那不勒斯-索伦托-阿玛菲海岸线 Amalfi-那不勒斯-庞贝-罗马-佛罗伦萨-威尼斯-维罗纳-慕尼黑
上下车点	慕尼黑

具体线路详情
请扫描二维码

