



「イタリアの最も美しい村」全踏破の旅

绝景村庄全踏破

意大利230村

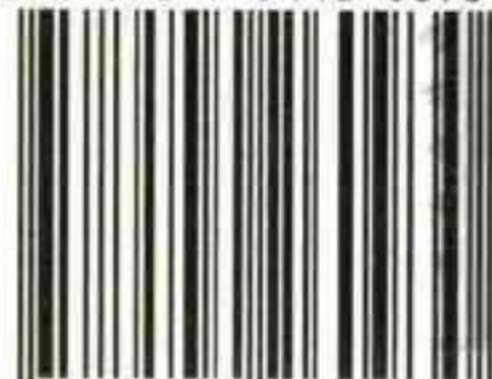
(日) 吉村和敏 著

陈恬 译

从 2011 年开始，知名摄影师吉村和敏决定夏季和秋季长居意大利，以每天走一座村庄为目标，放慢步调，追寻“意大利最美村庄”。在游遍中部和南部的最美村庄后，又走遍了西西里岛和撒丁岛的各个角落。就这样，在四年后的 2014 年 6 月，吉村先生终于成功游遍了 234 座最美村庄。

每座村庄厚重的历史和文化内涵，村民们对家乡的热爱，以及将自然和社会完美结合在一起的壮丽风景，都深深打动着吉村先生。数年漫长的旅行，其成果凝聚成了本书。当吉村先生穿过村庄大门，进入村子，在石板小路上漫步时，他试着将所见所闻所感，像公路电影一样，展现在大家面前。

ISBN 978-7-5442-6093-0



9 787544 260930 >

定价：88.00元

「イタリアの最も美しい村」全踏破の旅

绝景村庄全踏破

意大利230村

〔日〕吉村和敏 著 陈恬 译



南海出版公司

图书在版编目 (C I P) 数据

绝景村庄全踏破. 意大利230村 / (日) 吉村和敏著 ;
陈恬译. — 海口 : 南海出版公司, 2018.2
ISBN 978-7-5442-6093-0

I. ①绝… II. ①吉… ②陈… III. ①游记—作品集
—日本—现代 IV. ①I313.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第228685号

著作权合同登记号 图字: 30-2017-091

《[ITALIA NO MOTTOMO UTSUKUSHII MURA] ZENTOUHA NO TABI》

© Kazutoshi Yoshimura 2015

All rights reserved.

Original Japanese edition published by KODANSHA LTD.

Publication rights for this Simplified Chinese character edition arranged with KODANSHA LTD. through KODANSHA BEIJING CULTURE LTD. Beijing,China.

本书由日本讲谈社正式授权, 版权所有, 未经书面同意, 不得以任何方式作全面或局部翻印、仿制或转载。

绝景村庄全踏破: 意大利 230 村

〔日〕吉村和敏 著

陈恬 译

出 版 南海出版公司 (0898)66568511
海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编 570206
发 行 新经典发行有限公司
电话(010)68423599 邮箱 editor@readinglife.com
经 销 新华书店

责任编辑 翟明明
特邀编辑 李文彬
装帧设计 韩 笑
内文制作 田晓波

印 刷 北京彩和坊印刷有限公司
开 本 880毫米×1230毫米 1/32
印 张 13.75
字 数 93千
版 次 2018年2月第1版
印 次 2018年2月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5442-6093-0
定 价 88.00元

版权所有, 侵权必究

如有印装质量问题, 请发邮件至 zhiliang@readinglife.com

追寻意大利的最美光辉

1982年，在法国科隆热拉鲁格村（Collonges-la-Rouge）村长的呼吁下，建立起了“最美村庄”协会。以法国为起点，该协会将比利时、加拿大、意大利、日本等诸多国家的广阔乡村美景展现在了世人眼前。我有幸参加这一世界性的项目，得以造访各个村庄并摄影记录了下来。首先，我用四年半的时间，完成了踏遍法国各个村庄的记录《绝美村庄全踏破——法国150村》。

接着准备记录“意大利最美村庄”的时候，我看了一眼目的地列表，大吃一惊：意大利的最美村庄居然超过230座！我不由得有点退缩，怀疑自己无法走遍所有的村子。

不过，越是看列表，我越觉得，无论花多少年，都一定要造访每座村庄，将各地的美景拍摄下来。对意大利，人们关注的焦点大多是罗马、米兰、威尼斯等城市，小城镇和村庄给人的印象总是比较模糊。许多日本人并不知道意大利村庄的情况，也没有关注过。这种现状让我觉得，这段旅程格外有意义。通过巡游村庄，能让我更加深入地了解意大利这个国家。

2010年6月，我踏上了意大利之旅，第一站是米兰。在机场租了车子后，我对照着村庄列表和详细的地图，先造访了散落于北部的各个村庄。村中的景致富有整体感，人们的生活十分朴素。不过由于其中几座村庄地处深山或小岛，到达目的地花费了不少时间。加上一些村子分成十几个分散的聚落，把握整体情况非常困难。

从第二年开始，我决定夏季和秋季长居意大利，以每天走一座村庄为目标，放慢步调将旅程进行下去。在游遍中部和南部的村庄后，还把西西里岛和撒丁岛的各个角落走了个遍。就这样，



在四年后的 2014 年 6 月，我终于成功游遍了 234 座村庄。

各大区的每座村庄都有着深刻的历史和文化内涵。光是教堂的建筑风格，便有罗马式、哥特式、伦巴第风格、拜占庭风格、诺曼式等，它们将建成之时的时代背景和艺术风格传承到了今天。我兴致勃勃地走进各家餐厅，品尝使用当地食材烹制的传统菜肴，意大利宽面条、意大利饺子、意大利马铃薯团等，还有幸品尝到了许多种美味的意面，那味道将令我回味无穷。

不过最打动我的，是当地人对于村子的热爱。他们守护着沉淀在历史中的建筑物，珍惜与其他村民间的羁绊，在边境之地以充实的内心和自豪感生活着。每天往返在石板坡上的老婆婆，修缮教堂墙壁的男人们，烹饪着当地食材的主厨，还有在小巷中奔跑嬉闹的孩子们，与这些充满活力的村民邂逅，让我深深感受到了这个国家隐藏在小小乡村中的真正魅力。

五年漫长的旅行，其记录成果凝聚成了一本作品集。当我穿过村庄大门，进入村子，在石板小路上漫步时，我试着将所见所闻所感，还有品尝过的一切，都像公路电影一样，展现在大家面前。

当今日本，特别是某些地方的村庄人口正在不断减少，许多村落正面临着无法存续下去的危机。我希望本书中介绍的意大利村庄，能给这些村子的发展带来启发。

感谢在漫长旅途中不断给予我支持的人们，意大利“最美乡村”协会的费列罗·普利米会长、NIXITA 文化协会的中泽昭宪先生、长谷川惠美小姐，还有在旅途中邂逅的诸位村民们，在此向各位致以由衷的谢意。



目录

追寻意大利的最美光辉—— 2

北部

瓦莱达奥斯塔大区

Valle d'Aosta

29

埃特鲁布莱斯—— 30

皮埃蒙特大区

Piemonte

35

基亚纳莱—— 36

加雷肖—— 37

内伊韦—— 38

圣朱廖—— 40

坎德洛—— 44

乌塞亚乌克西—— 46

奥斯塔纳—— 48

蒙巴尔多内—— 49

沃尔佩多—— 50

沃戈尼亚—— 52

利古里亚大区

Liguria

53

阿普里卡莱—— 54

布鲁尼亚托—— 58

韦雷齐—— 59

坎波利古雷—— 60

卡斯泰尔韦基奥迪

罗卡巴尔贝纳—— 61

卡斯泰尔比亚恩科—— 62

切尔沃—— 64

菲纳莱博尔哥—— 66

拉伊圭利亚—— 67

瓦雷塞利古雷—— 68

祖卡雷洛—— 69

特拉罗—— 70

莫内利亚—— 74

林古埃里耶塔—— 76

米莱西莫—— 77

诺利—— 78

特廖拉—— 79

韦尔纳扎—— 80

蒙泰马尔切罗—— 84

伦巴第大区

Lombardia

85

别恩诺—— 86

卡斯泰拉罗拉古赛罗—— 88

卡斯特蓬佐—— 89

科尔内洛德塔索—— 90

福尔图纳戈—— 92

格拉切—— 93

格拉代拉—— 94

格罗莫—— 95

蒙泰伊索拉—— 96

洛韦雷—— 98

莫里蒙多—— 99

萨比奥内塔—— 100

松奇诺—— 104

博拉纳—— 105

库里利亚孔

蒙泰维亚斯科—— 106

特雷梅佐—— 108

特雷莫西内—— 110

圣贝内德托波—— 112

卡西内塔迪卢加尼亚诺—— 114

扎瓦塔雷洛—— 115

朋波内斯科—— 116

特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

117

基乌萨—— 118

格洛伦扎—— 122

卡纳勒迪肯诺—— 123

兰戈—— 124

圣洛伦佐因巴纳莱—— 126

梅扎诺—— 127

维皮泰诺—— 128

威尼托大区

Veneto

129

阿索洛—— 130

波尔托布福尔埃—— 132

阿尔库阿佩特拉尔卡—— 133

蒙塔尼亚纳—— 134

博尔盖托—— 138

奇松迪瓦尔马里诺—— 140

弗留利 - 威尼斯朱利亚大区 *Friuli Venezia Giulia* 141

科尔多瓦多—— 142

法加尼亚—— 143

格拉迪斯卡迪松佐—— 144

瓦尔瓦索内—— 146

特里维尼亚努迪内塞—— 148

托波—— 149

波尔切尼戈—— 150

塞斯托阿尔雷盖纳—— 152

波法布罗—— 154

艾米利亚 - 罗马涅大区 *Emilia Romagna* 155

博比奥—— 156

瓜尔蒂耶里—— 158

卡斯泰拉尔夸托—— 162

孔皮亚诺—— 163

菲乌马尔博—— 164

圣乔瓦尼 -

因马里尼亚诺—— 166

圣莱奥—— 167

多扎—— 168

布里西盖拉—— 170

丰塔内拉托—— 172

维哥雷诺—— 174

蒙特格里多尔福—— 175

蒙特菲奥雷孔卡—— 176

中部

托斯卡纳大区 *Toscana* 177

安吉亚里—— 178

斯卡尔佩里亚—— 180

圣卡夏诺德伊巴尼—— 181

索普拉自由堡—— 182

博恩孔文托—— 183

巴尔加—— 184

卡斯蒂廖内迪

加尔法尼亚纳—— 188

科雷利亚

安泰尔米内利—— 190

蒙泰斯库达伊奥—— 191

皮蒂利亚诺—— 192

吉廖堡—— 196

波皮—— 198

索瓦纳—— 200

洛罗丘芬纳—— 201

苏韦雷托—— 202

埃尔科莱港—— 204

切托纳—— 206

马尔凯大区 *Marche* 207

蒙多尔福—— 208

钦戈利—— 209

科里纳尔多—— 210

格拉达拉—— 214

格罗塔姆马雷—— 216

马泰利卡—— 218

蒙达维奥—— 220

蒙泰卡夏诺—— 222

蒙泰科萨罗—— 223

蒙泰法布里—— 224

蒙泰菲奥雷德拉索—— 225

蒙泰卢波内—— 226

莫雷斯科—— 227

圣吉内肖—— 228

奥法尼亚—— 232

特雷伊阿—— 233

奥菲达—— 234

维索—— 236

萨尔纳诺—— 238

弗龙蒂诺—— 240

翁布里亚大区 *Umbria* 241

阿罗内—— 242

贝瓦尼亚—— 244

贝托纳—— 245

卡斯蒂廖内德拉戈—— 246

德鲁塔—— 248

科尔恰诺	250
奇泰尔纳	251
卢尼亚诺因泰韦里纳	252
马萨马尔塔纳	253
蒙托内	254
诺尔恰	256
圣杰米尼	258
斯佩洛	262
蒙泰卡斯泰洛迪维比奥	264
瓦洛迪内拉	266
托尔贾诺	267
斯特龙科内	268
特雷维	269
帕尼卡莱	270
帕恰诺	271
圣安东尼奥	272
蒙泰法尔科	273
焦韦	274

拉齐奥大区

Lazio 275

卡普拉罗拉	276
白露里治奥	280
卡斯泰尔迪托拉	284
托雷阿尔费纳	285
蒙泰圣焦万尼坎帕诺	286
科拉尔托萨比诺	287
圣多纳托瓦尔迪科米诺	288

苏比亚科	290
斯佩尔隆加	292
冈多菲堡	294
奥尔维尼奥	296
坎波迪梅莱	297
博维莱埃尔尼卡	298

阿布鲁佐大区

Abruzzo 299

卡斯泰利	300
帕琴特罗	302
奇塔圣安杰洛	306
卡斯泰尔德尔蒙泰	307
罗卡圣焦万尼	308
因特罗达夸	309
阿巴泰焦	310
巴尼亚拉	311
彭内	312
纳韦利	313
安韦尔萨德利亚布鲁齐	314
卡拉马尼科泰尔梅	315
奇维泰拉德尔特龙托	316
圣斯泰法诺迪塞桑约	318
吉齐奥河畔佩托拉诺	319
塔利亚科佐	320
奥皮	322
斯坎诺	324
皮耶特拉卡梅拉	326

维拉拉戈	328
------	-----

莫利塞大区

Molise 329

福尔内利	330
弗罗索洛内	332
塞皮诺	334
奥拉蒂诺	336

南部

坎帕尼亚大区

Campania 337

阿特拉尼	338
卡斯泰拉巴泰	340
努斯科	342
康加德马里尼	343
福罗瑞	344
圣阿加塔德戈蒂	346
阿尔波利	348
蒙泰韦尔德	350

普利亚大区

Puglia 351

洛科罗通多	352
维科德尔加尔加诺	356
奥特朗托	360
博维诺	362
奇斯泰尔尼诺	364

普雷西切————— 366
罗塞托瓦福尔托雷—— 367
皮耶特拉蒙泰科尔维诺 — 368
斯佩基亚————— 369
阿尔贝罗纳————— 370

巴西利卡塔大区

Basilicata

373

卡斯泰尔梅扎诺————— 372
韦诺萨————— 376
皮耶特拉佩尔托萨—— 380
维贾内洛————— 382
瓜尔迪亚佩尔蒂卡拉—— 383
阿切伦扎————— 384

卡拉布里亚大区

Calabria

385

阿尔托蒙泰————— 386
博瓦————— 387

奇亚那利亚————— 388
菲乌梅夫雷多布鲁齐奥 — 390
杰拉切————— 392
斯蒂洛————— 393
莫拉诺卡拉布罗—— 394
圣塞韦里纳————— 398
奇维塔————— 400
阿耶塔————— 402

西西里岛

Sicilia

403

卡斯蒂廖内迪西西里—— 404
切法卢————— 406
甘吉————— 410
诺瓦拉迪西西里—— 412
圣马尔科达伦齐奥—— 414
斯佩尔林加————— 416
杰拉奇西库洛————— 418

卡斯泰尔莫拉————— 419
蒙塔尔巴诺埃利科纳—— 420
蒙泰罗索阿尔莫————— 421
萨沃卡————— 422
桑布卡迪西西里—— 423
苏泰拉————— 424

撒丁岛

Sardegna

425

卡斯泰尔萨尔多—— 426
博萨————— 430
阿特扎拉————— 432
卡尔洛福尔泰————— 433

「イタリアの最も美しい村」全踏破の旅

绝景村庄全踏破

意大利230村

〔日〕吉村和敏 著 陈恬 译



南海出版公司

追寻意大利的最美光辉

1982年，在法国科隆热拉鲁格村（Collonges-la-Rouge）村长的呼吁下，建立起了“最美村庄”协会。以法国为起点，该协会将比利时、加拿大、意大利、日本等诸多国家的广阔乡村美景展现在了世人眼前。我有幸参加这一世界性的项目，得以造访各个村庄并摄影记录了下来。首先，我用四年半的时间，完成了踏遍法国各个村庄的记录《绝美村庄全踏破——法国150村》。

接着准备记录“意大利最美村庄”的时候，我看了一眼目的地列表，大吃一惊：意大利的最美村庄居然超过230座！我不由得有点退缩，怀疑自己无法走遍所有的村子。

不过，越是看列表，我越觉得，无论花多少年，都一定要造访每座村庄，将各地的美景拍摄下来。对意大利，人们关注的焦点大多是罗马、米兰、威尼斯等城市，小城镇和村庄给人的印象总是比较模糊。许多日本人并不知道意大利村庄的情况，也没有关注过。这种现状让我觉得，这段旅程格外有意义。通过巡游村庄，能让我更加深入地了解意大利这个国家。

2010年6月，我踏上了意大利之旅，第一站是米兰。在机场租了车子后，我对照着村庄列表和详细的地图，先造访了散落于北部的各个村庄。村中的景致富有整体感，人们的生活十分朴素。不过由于其中几座村庄地处深山或小岛，到达目的地花费了不少时间。加上一些村子分成十几个分散的聚落，把握整体情况非常困难。

从第二年开始，我决定夏季和秋季长居意大利，以每天走一座村庄为目标，放慢步调将旅程进行下去。在游遍中部和南部的村庄后，还把西西里岛和撒丁岛的各个角落走了个遍。就这样，



在四年后的 2014 年 6 月，我终于成功游遍了 234 座村庄。

各大区的每座村庄都有着深刻的历史和文化内涵。光是教堂的建筑风格，便有罗马式、哥特式、伦巴第风格、拜占庭风格、诺曼式等，它们将建成之时的时代背景和艺术风格传承到了今天。我兴致勃勃地走进各家餐厅，品尝使用当地食材烹制的传统菜肴，意大利宽面条、意大利饺子、意大利马铃薯团等，还有幸品尝到了许多种美味的意面，那味道将令我回味无穷。

不过最打动我的，是当地人对于村子的热爱。他们守护着沉淀在历史中的建筑物，珍惜与其他村民间的羁绊，在边境之地以充实的内心和自豪感生活着。每天往返在石板坡上的老婆婆，修缮教堂墙壁的男人们，烹饪着当地食材的主厨，还有在小巷中奔跑嬉闹的孩子们，与这些充满活力的村民邂逅，让我深深感受到了这个国家隐藏在小小乡村中的真正魅力。

五年漫长的旅行，其记录成果凝聚成了一本作品集。当我穿过村庄大门，进入村子，在石板小路上漫步时，我试着将所见所闻所感，还有品尝过的一切，都像公路电影一样，展现在大家面前。

当今日本，特别是某些地方的村庄人口正在不断减少，许多村落正面临着无法存续下去的危机。我希望本书中介绍的意大利村庄，能给这些村子的发展带来启发。

感谢在漫长旅途中不断给予我支持的人们，意大利“最美乡村”协会的费列罗·普利米会长、NIXITA 文化协会的中泽昭宪先生、长谷川惠美小姐，还有在旅途中邂逅的诸位村民们，在此向各位致以由衷的谢意。



目录

追寻意大利的最美光辉—— 2

北部

瓦莱达奥斯塔大区

Valle d'Aosta

29

埃特鲁布莱斯—— 30

皮埃蒙特大区

Piemonte

35

基亚纳莱—— 36

加雷肖—— 37

内伊韦—— 38

圣朱廖—— 40

坎德洛—— 44

乌塞亚乌克西—— 46

奥斯塔纳—— 48

蒙巴尔多内—— 49

沃尔佩多—— 50

沃戈尼亚—— 52

利古里亚大区

Liguria

53

阿普里卡莱—— 54

布鲁尼亚托—— 58

韦雷齐—— 59

坎波利古雷—— 60

卡斯泰尔韦基奥迪

罗卡巴尔贝纳—— 61

卡斯泰尔比亚恩科—— 62

切尔沃—— 64

菲纳莱博尔哥—— 66

拉伊圭利亚—— 67

瓦雷塞利古雷—— 68

祖卡雷洛—— 69

特拉罗—— 70

莫内利亚—— 74

林古埃里耶塔—— 76

米莱西莫—— 77

诺利—— 78

特廖拉—— 79

韦尔纳扎—— 80

蒙泰马尔切罗—— 84

伦巴第大区

Lombardia

85

别恩诺—— 86

卡斯泰拉罗拉古赛罗—— 88

卡斯特蓬佐—— 89

科尔内洛德塔索—— 90

福尔图纳戈—— 92

格拉切—— 93

格拉代拉—— 94

格罗莫—— 95

蒙泰伊索拉—— 96

洛韦雷—— 98

莫里蒙多—— 99

萨比奥内塔—— 100

松奇诺—— 104

博拉纳—— 105

库里利亚孔

蒙泰维亚斯科—— 106

特雷梅佐—— 108

特雷莫西内—— 110

圣贝内德托波—— 112

卡西内塔迪卢加尼亚诺—— 114

扎瓦塔雷洛—— 115

朋波内斯科—— 116

特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

117

基乌萨—— 118

格洛伦扎—— 122

卡纳勒迪肯诺—— 123

兰戈—— 124

圣洛伦佐因巴纳莱—— 126

梅扎诺—— 127

维皮泰诺—— 128

威尼托大区

Veneto

129

阿索洛—— 130

波尔托布福尔埃—— 132

阿尔库阿佩特拉尔卡—— 133

蒙塔尼亚纳—— 134

博尔盖托—— 138

奇松迪瓦尔马里诺—— 140

弗留利-威尼斯朱利亚大区 *Friuli Venezia Giulia* 141

科尔多瓦多—— 142

法加尼亚—— 143

格拉迪斯卡迪松佐—— 144

瓦尔瓦索内—— 146

特里维尼亚努迪内塞—— 148

托波—— 149

波尔切尼戈—— 150

塞斯托阿尔雷盖纳—— 152

波法布罗—— 154

艾米利亚-罗马涅大区 *Emilia Romagna* 155

博比奥—— 156

瓜尔蒂耶里—— 158

卡斯泰拉尔夸托—— 162

孔皮亚诺—— 163

菲乌马尔博—— 164

圣乔瓦尼 -

因马里尼亚诺—— 166

圣莱奥—— 167

多扎—— 168

布里西盖拉—— 170

丰塔内拉托—— 172

维哥雷诺—— 174

蒙特格里多尔福—— 175

蒙特菲奥雷孔卡—— 176

中部

托斯卡纳大区 *Toscana* 177

安吉亚里—— 178

斯卡尔佩里亚—— 180

圣卡夏诺德伊巴尼—— 181

索普拉自由堡—— 182

博恩孔文托—— 183

巴尔加—— 184

卡斯蒂廖内迪

加尔法尼亚纳—— 188

科雷利亚

安泰尔米内利—— 190

蒙泰斯库达伊奥—— 191

皮蒂利亚诺—— 192

吉廖堡—— 196

波皮—— 198

索瓦纳—— 200

洛罗丘芬纳—— 201

苏韦雷托—— 202

埃尔科莱港—— 204

切托纳—— 206

马尔凯大区 *Marche* 207

蒙多尔福—— 208

钦戈利—— 209

科里纳尔多—— 210

格拉达拉—— 214

格罗塔姆马雷—— 216

马泰利卡—— 218

蒙达维奥—— 220

蒙泰卡夏诺—— 222

蒙泰科萨罗—— 223

蒙泰法布里—— 224

蒙泰菲奥雷德拉索—— 225

蒙泰卢波内—— 226

莫雷斯科—— 227

圣吉内肖—— 228

奥法尼亚—— 232

特雷伊阿—— 233

奥菲达—— 234

维索—— 236

萨尔纳诺—— 238

弗龙蒂诺—— 240

翁布里亚大区 *Umbria* 241

阿罗内—— 242

贝瓦尼亚—— 244

贝托纳—— 245

卡斯蒂廖内德拉戈—— 246

德鲁塔—— 248

科尔恰诺	250	苏比亚科	290	维拉拉戈	328
奇泰尔纳	251	斯佩尔隆加	292	莫利塞大区	
卢尼亚诺因泰韦里纳	252	冈多菲堡	294	<i>Molise</i>	329
马萨马尔塔纳	253	奥尔维尼奥	296	福尔内利	330
蒙托内	254	坎波迪梅莱	297	弗罗索洛内	332
诺尔恰	256	博维莱埃尔尼卡	298	塞皮诺	334
圣杰米尼	258	阿布鲁佐大区		奥拉蒂诺	336
斯佩洛	262	<i>Abruzzo</i>	299		
蒙泰卡斯泰洛迪维比奥	264	卡斯泰利	300	南部	
瓦洛迪内拉	266	帕琴特罗	302		
托尔贾诺	267	奇塔圣安杰洛	306	坎帕尼亚大区	
斯特龙科内	268	卡斯泰尔德尔蒙泰	307	<i>Campania</i>	337
特雷维	269	罗卡圣焦万尼	308	阿特拉尼	338
帕尼卡莱	270	因特罗达夸	309	卡斯泰拉巴泰	340
帕恰诺	271	阿巴泰焦	310	努斯科	342
圣安东尼奥	272	巴尼亚拉	311	康加德马里尼	343
蒙泰法尔科	273	彭内	312	福罗瑞	344
焦韦	274	纳韦利	313	圣阿加塔德戈蒂	346
拉齐奥大区		安韦尔萨德利亚布鲁齐	314	阿尔波利	348
<i>Lazio</i>	275	卡拉马尼科泰尔梅	315	蒙泰韦尔德	350
卡普拉罗拉	276	奇维泰拉德尔特龙托	316	普利亚大区	
白露里治奥	280	圣斯泰法诺迪塞桑约	318	<i>Puglia</i>	351
卡斯泰尔迪托拉	284	吉齐奥河畔佩托拉诺	319	洛科罗通多	352
托雷阿尔费纳	285	塔利亚科佐	320	维科德尔加尔加诺	356
蒙泰圣焦万尼坎帕诺	286	奥皮	322	奥特朗托	360
科拉尔托萨比诺	287	斯坎诺	324	博维诺	362
圣多纳托瓦尔迪科米诺	288	皮耶特拉卡梅拉	326	奇斯泰尔尼诺	364

普雷西切————— 366
罗塞托瓦福尔托雷—— 367
皮耶特拉蒙泰科尔维诺 — 368
斯佩基亚————— 369
阿尔贝罗纳————— 370

巴西利卡塔大区

Basilicata 373

卡斯泰尔梅扎诺————— 372
韦诺萨————— 376
皮耶特拉佩尔托萨—— 380
维贾内洛————— 382
瓜尔迪亚佩尔蒂卡拉—— 383
阿切伦扎————— 384

卡拉布里亚大区

Calabria 385

阿尔托蒙泰————— 386
博瓦————— 387

奇亚那利亚————— 388
菲乌梅夫雷多布鲁齐奥 — 390
杰拉切————— 392
斯蒂洛————— 393
莫拉诺卡拉布罗—— 394
圣塞韦里纳————— 398
奇维塔————— 400
阿耶塔————— 402

西西里岛

Sicilia 403

卡斯蒂廖内迪西西里—— 404
切法卢————— 406
甘吉————— 410
诺瓦拉迪西西里—— 412
圣马尔科达伦齐奥—— 414
斯佩尔林加————— 416
杰拉奇西库洛————— 418

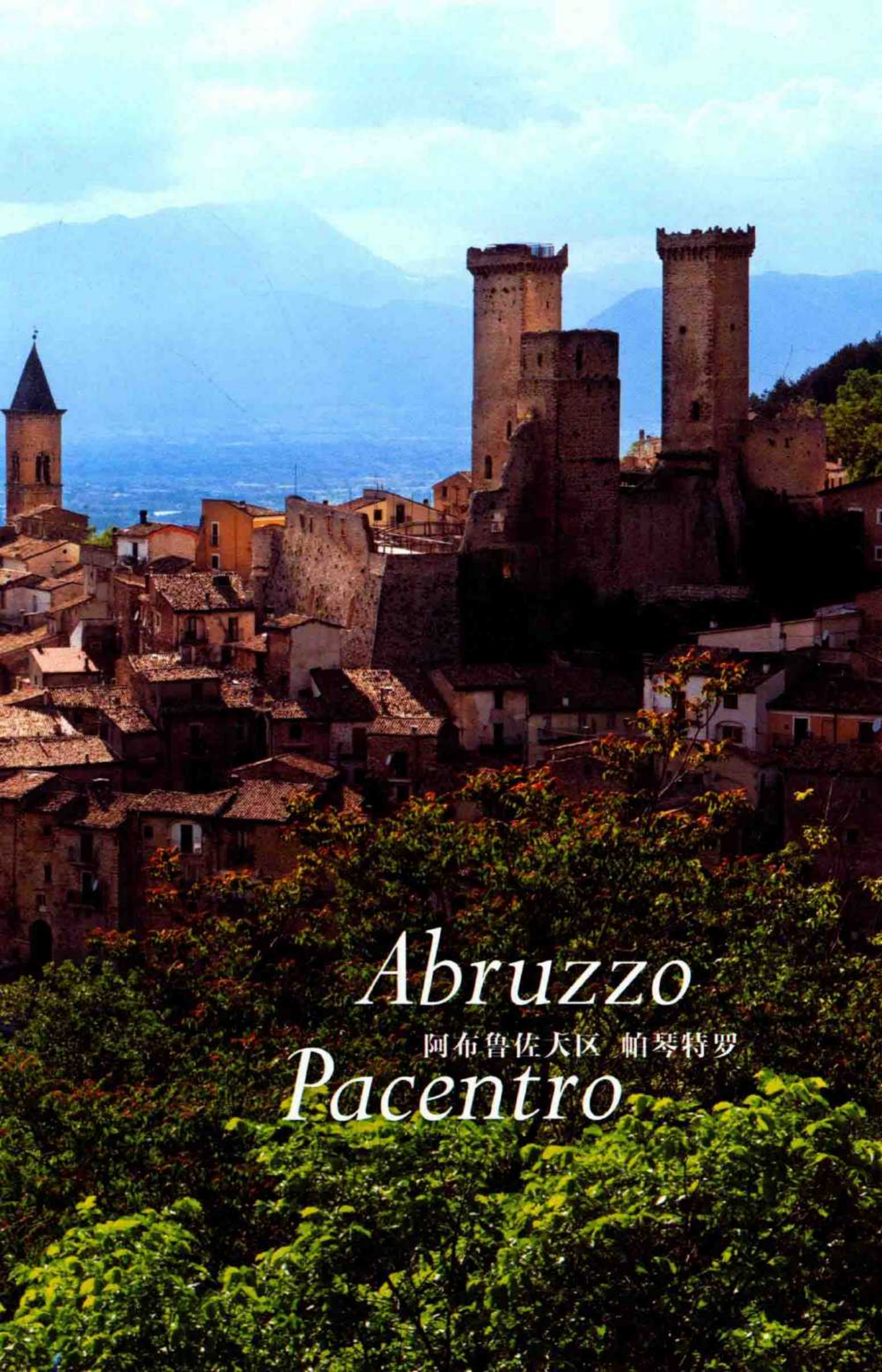
卡斯泰尔莫拉————— 419
蒙塔尔巴诺埃利科纳—— 420
蒙泰罗索阿尔莫—— 421
萨沃卡————— 422
桑布卡迪西西里—— 423
苏泰拉————— 424

撒丁岛

Sardegna 425

卡斯泰尔萨尔多—— 426
博萨————— 430
阿特扎拉————— 432
卡尔洛福尔泰————— 433





Abruzzo
阿布鲁佐大区 帕琴特罗
Pacentro



Sicilia Gangi

西西里島 甘吉



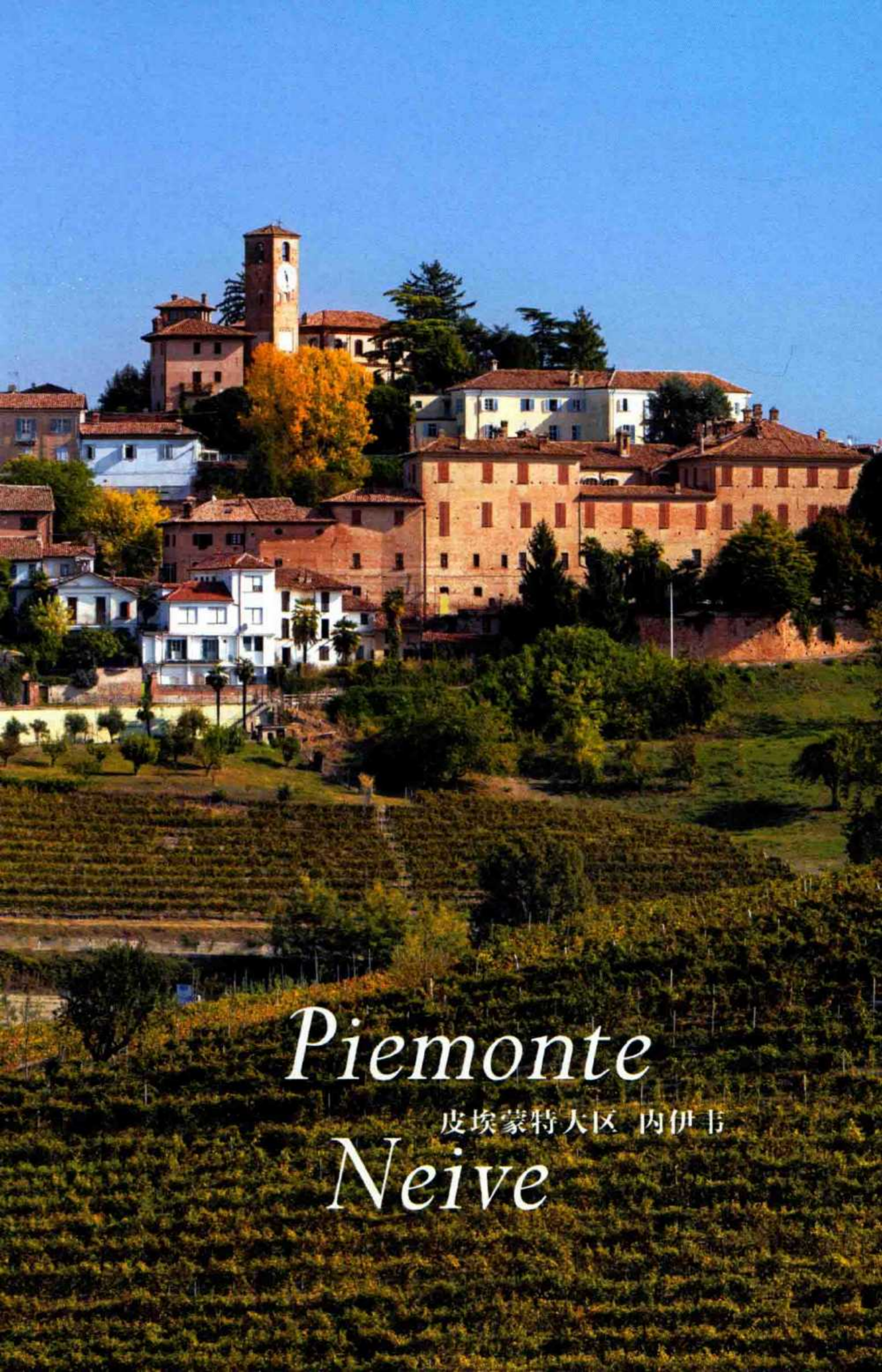




Umbria Spello

翁布里亚大区 斯佩洛





Piemonte

皮埃蒙特大区 内伊韦

Neive

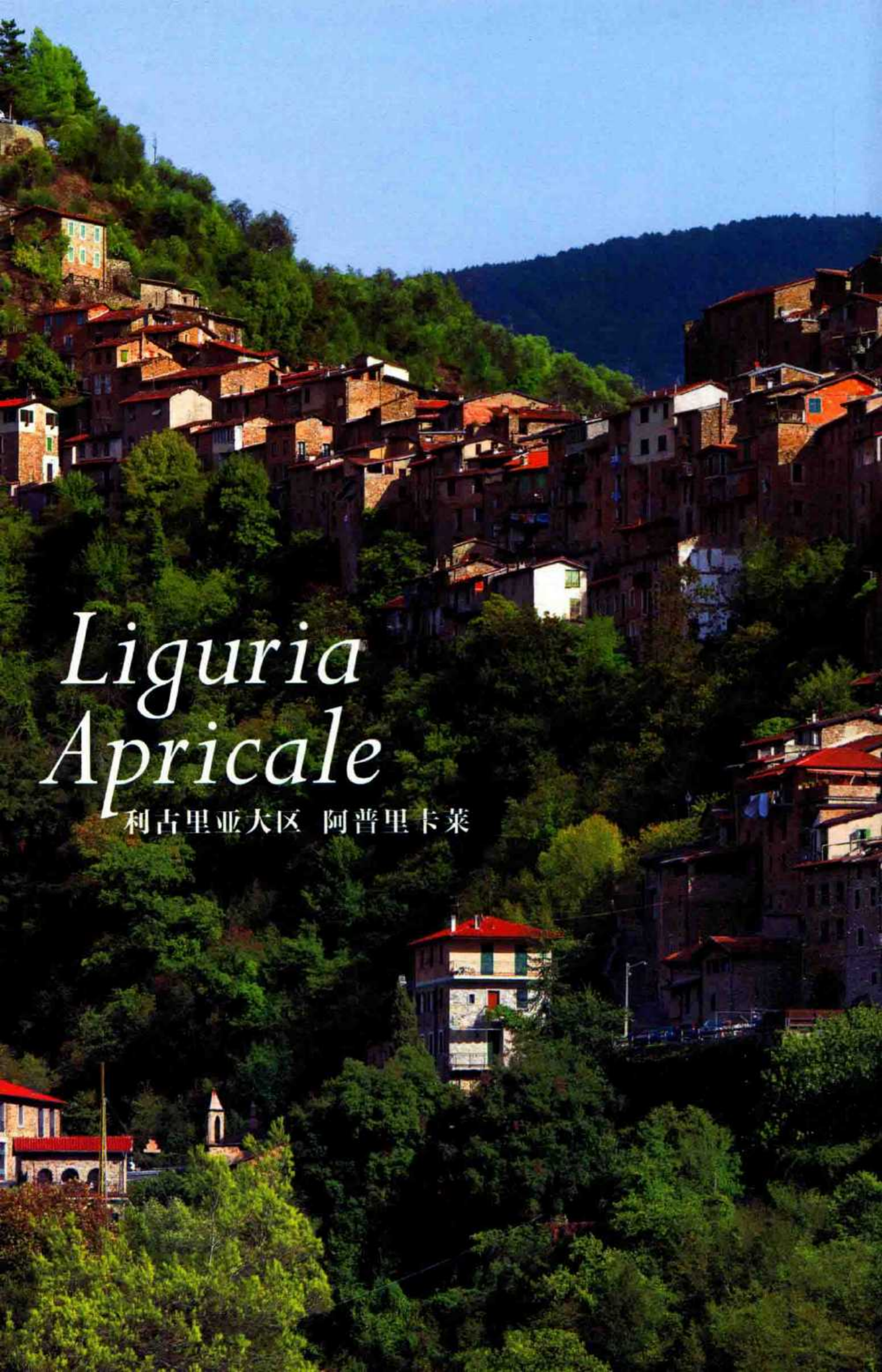


Friuli Venezia Giulia

弗留利 - 威尼斯朱利亚大区 波尔切尼戈

Polcenigo





Liguria Apricale

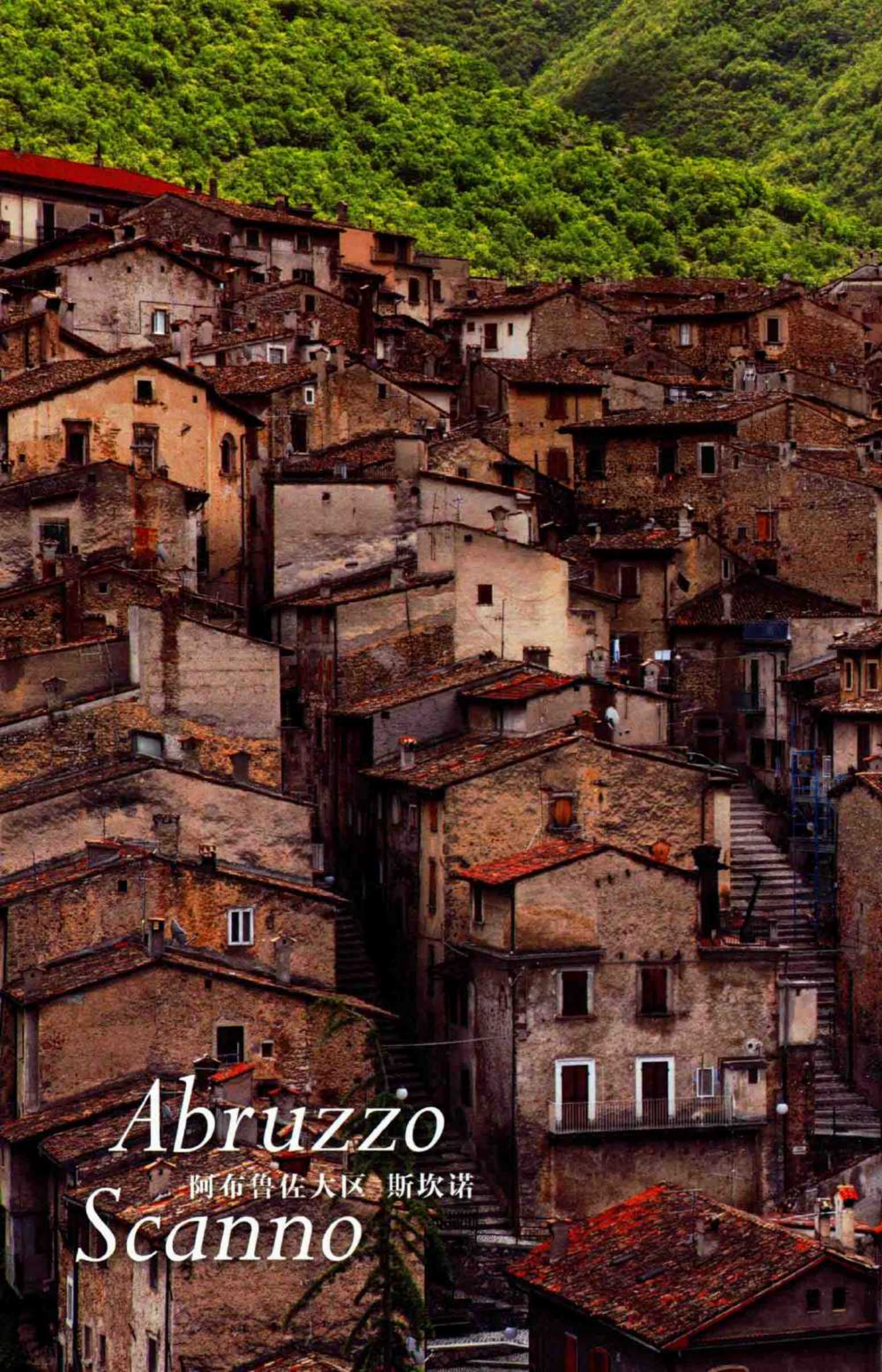
利古里亚大区 阿普里卡莱







Liguria
利吉里亚大区 韦尔纳扎
Vernazza



Abruzzo

阿布鲁佐大区 斯坎诺

Scanno





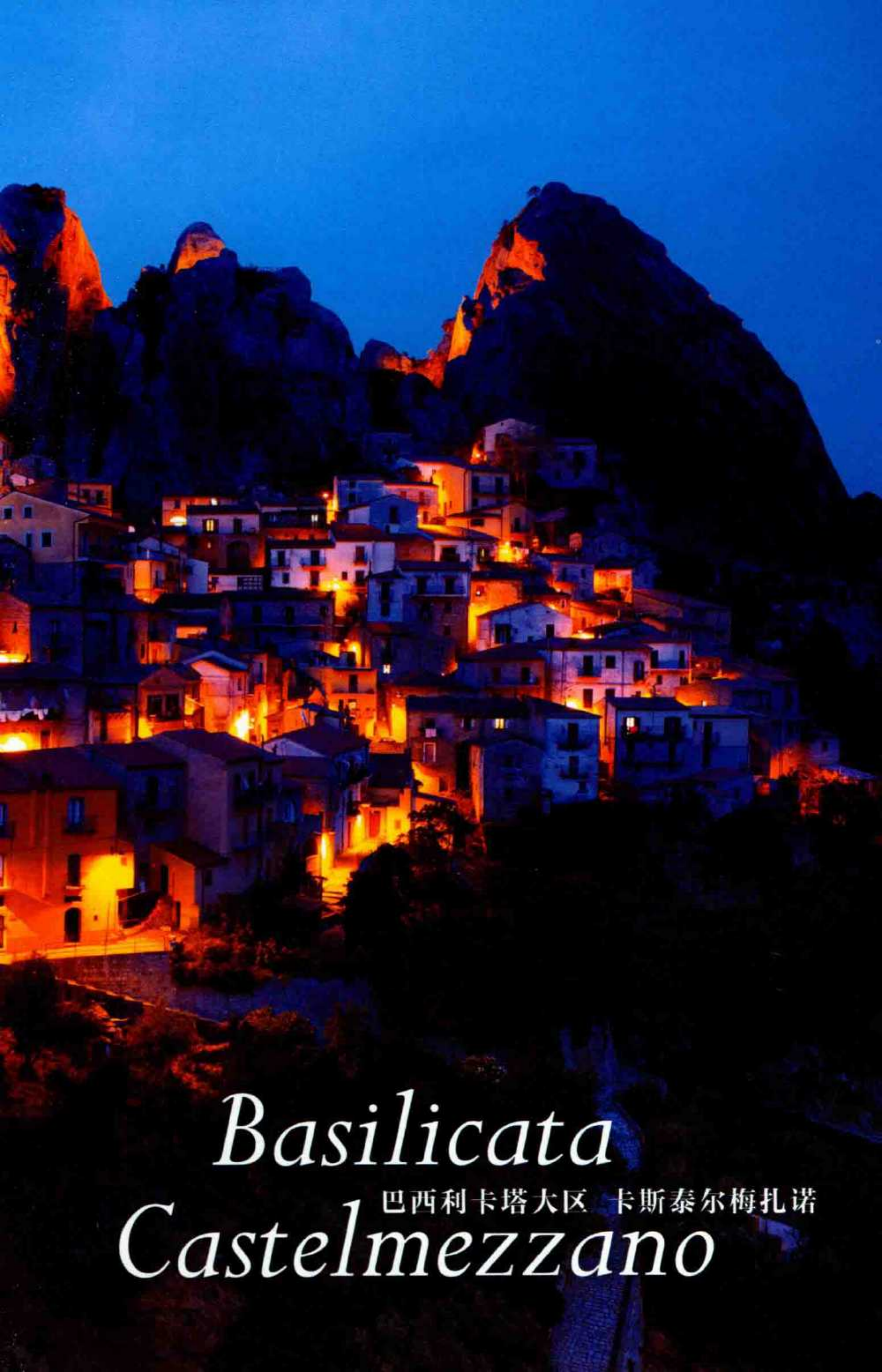


Puglia

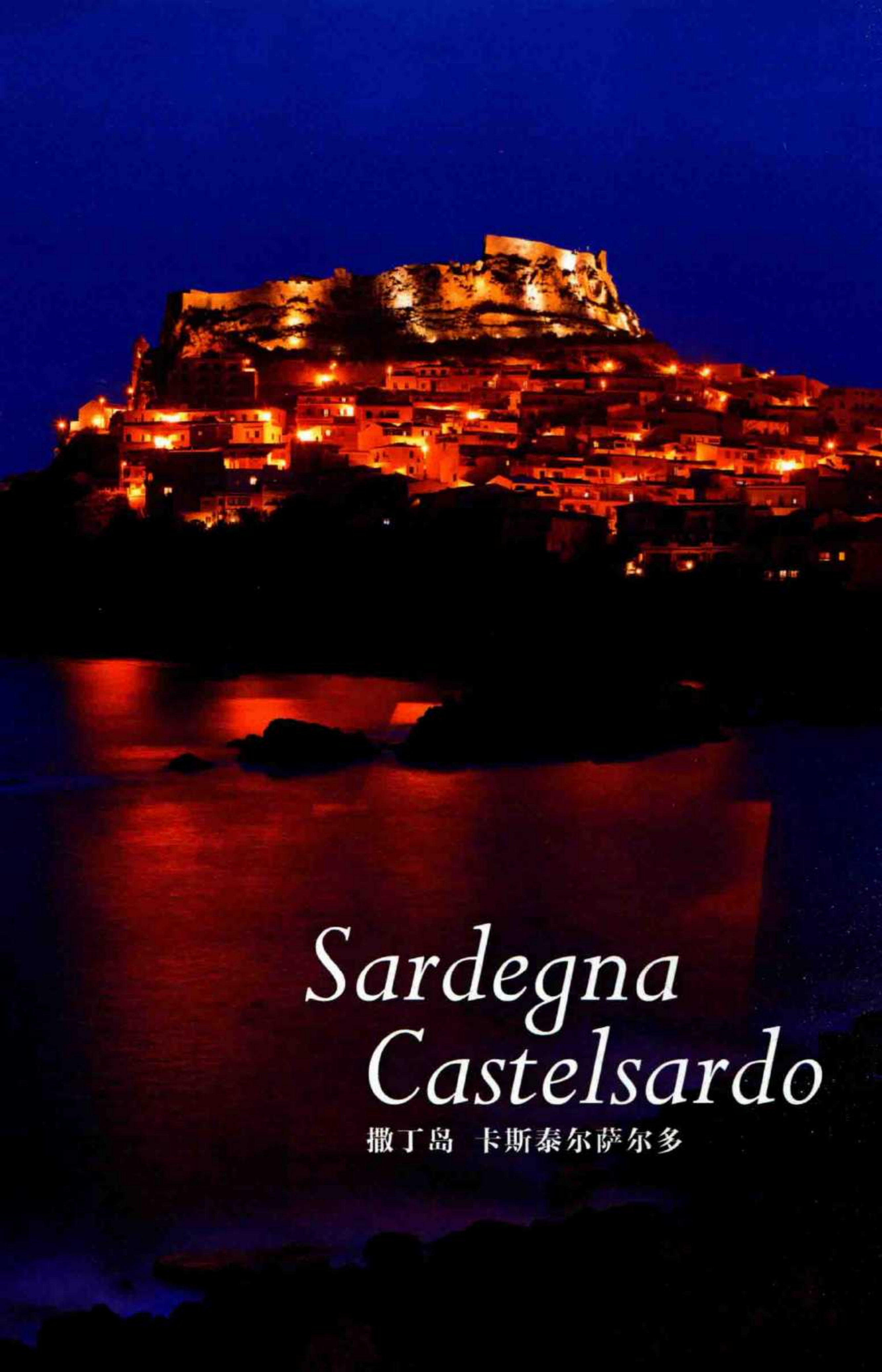
普利亚大区 洛科罗通多

Locorotondo





Basilicata
巴西利卡塔大区 卡斯泰尔梅扎诺
Castelmazzano



Sardegna
Castelsardo

撒丁岛 卡斯泰尔萨尔多

Valle d'Aosta

瓦莱达奥斯塔大区

北部



瓦莱达奥斯塔大区

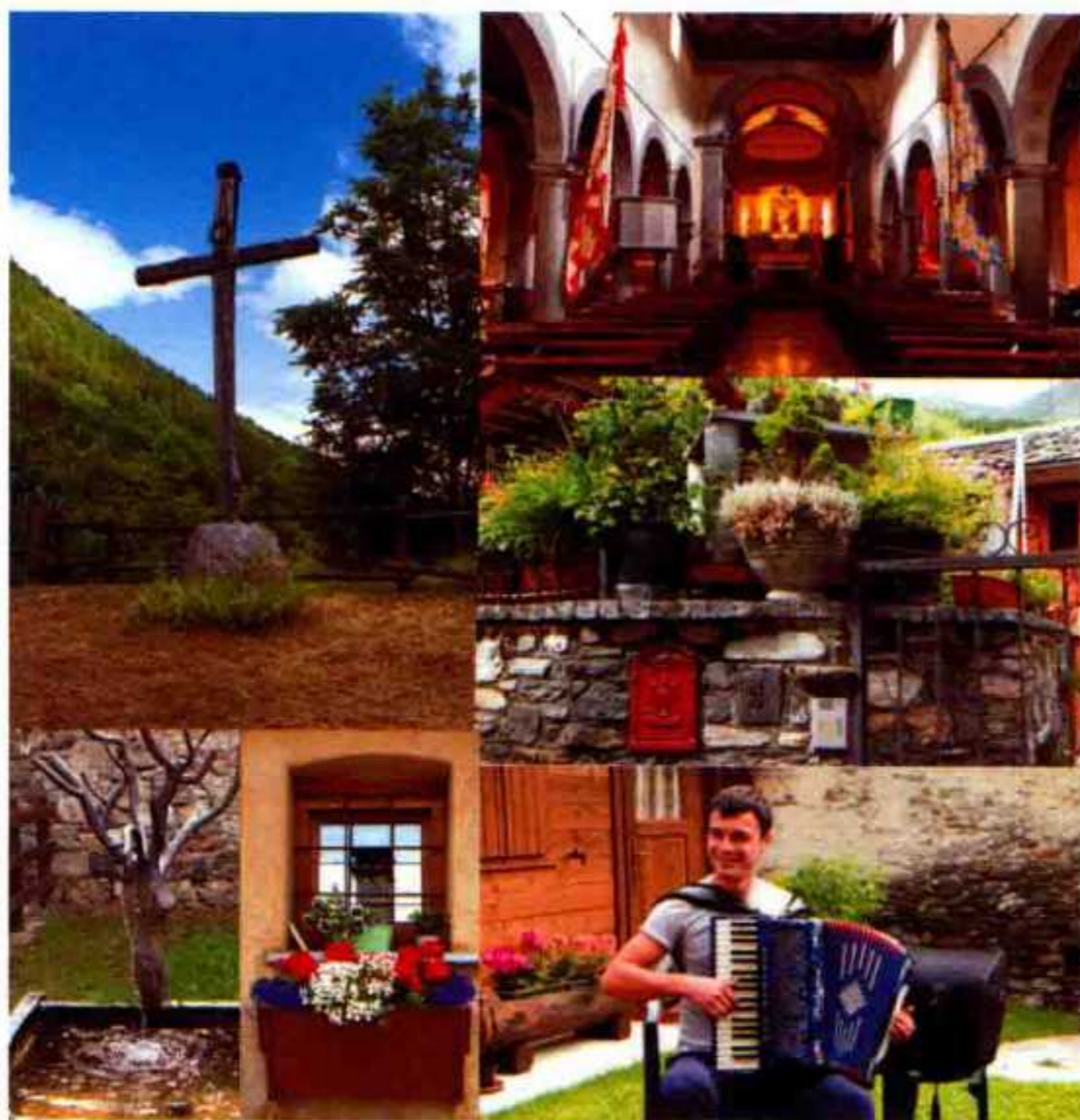
Valle d'Aosta

埃特鲁布莱斯

Etroubles

走过架设在山谷上的桥
到达繁花遍地的村庄

这是位于大圣伯纳德山谷的一座小村庄，如今依旧有着狭窄的小巷和涌出清水的饮水池，家家户户窗前都盛开着鲜花。还有一座长300米，高60米的桥与其他村相连，让人们能够走进这座深藏于大自然中的美丽村落。这里还有许多历史遗迹，15至16世纪建造的礼拜堂经过了修复，至今还伫立于村中。这个地区最古老的乳制品工厂，现在以博物馆的形式向民众开放，十分有趣。



沿着向西班牙延伸的27号公路上行时，眼前突然出现一座村庄。看到村里有几家旅馆，我想或许是翻山越岭的旅人将此处作为休息地，这里才逐渐繁荣起来。村庄的入口处有雕刻家维里恩·赛络（1959~）的木像，有条石板路通向村里。石头堆砌而成的建筑物虽然看起来颜色暗沉，但到处绽放的鲜花使村庄的整体色调十分明亮活泼。我还有幸参观了教区的教堂内部。走在巷子里时，我听见了美妙的旋律，原来是一位青年在家面前的院子里演奏手风琴，他一边拉琴，一边微笑着向我打招呼。











Piemonte

皮埃蒙特大区





皮埃蒙特大区

Piemonte

基亚纳莱

Chianale



红顶石屋成排 位于峡谷深处的村庄

在海拔 1800 米的国境线边，有座与法国相邻的村庄——基亚纳莱，位于瓦拉伊塔河的峡谷深处。红色屋顶的石头房子依然保留着中世纪的韵味。村中的建筑遗产是村民度过贫穷生活的依靠，从墙边堆着的木头则可以看出农民们为了度过峡谷中的寒冬所下的功夫。村庄周围有一片 825 万平方米的偃松林，这片森林曾在罗马诗人维吉尔的诗中出现过。



这是一座隐藏在山间的小小村庄，跨过山上裸露的地表吹下来的风格外寒冷，让人不禁浑身颤抖。有条河从村子中间流过，仿佛将村子分割成两半，轻快的水声传遍了村庄的各个角落。石桥附近那座 1459 年建造的圣安东尼奥教堂深深吸引了我。遗憾的是，由于大门上了锁，无法进去参观。周围的山坡是绿草丰饶的牧场，可以看到农夫赶着自己的羊群。

皮埃蒙特大区

Piemonte

加雷肖

Garessio

吸引了许多朝圣者 保留着奇迹的祈祷堂的村庄

村里保留着中世纪建筑物的区域被称作“博尔戈·马吉欧雷”，受到人们的重点保护。加雷肖风光明媚，戈扎诺、卡尔维诺、古雷斯基等著名作家都曾多次造访这里。距离村子两公里的“瓦尔索尔达的圣地”中，有一座人们在15世纪时，为了感谢黑死病结束而建造的祈祷堂。1653年，有一位失明并失聪的少女在这里痊愈，这个奇迹至今依然吸引着许多朝圣者造访此地。



村子的入口处有一幅十分有趣的手绘地图，我了解了村子的整体构造之后，开始在村中散步。大路两旁有一座座相连的三层建筑，路上走着一些村民，但小巷子里没有人。有座房子的墙壁吸引了我，仔细一看，其中只有五扇窗户是真的，其他都是巧妙画上去的。村子外面伫立着童贞圣母升天教堂，我推开门进去参观，壁画和雕像相辅相成、富有动感的空间，使我感到无比震撼。



皮埃蒙特大区

Piemonte

内伊韦

Neive



品味巴巴莱斯克葡萄酒 和历史建筑的村庄

内伊韦位于著名葡萄酒产地——上朗格产区，在这里可以品尝到巴巴莱斯克葡萄酒、意式香肠和松露做的菜肴。山丘上能体现出村庄历史的部分被城墙包围着，红色屋顶的房子整整齐齐地排列着。18世纪卡斯特博尔戈伯爵的宅邸，现在成了酒庄，入口处有气派的庭院，里面装饰着那个时代的用品，十分精美。1224年建造的钟楼和10世纪的修道院高塔，以及圣罗科礼拜堂也是值得参观的地方。



这座村庄位于种着成片葡萄的山丘上。从远处望去，三座教堂的尖塔为村庄全景带来了难得的美感，让前来造访的旅人们充满期待。村中的道路呈环状，30分钟便可走上一圈。葡萄酒专卖店的墙壁上摆满了当地产的酒，靠近天花板的杆子上还挂着许多意式腊香肠。村中到处都能看到充满历史感的建筑物，它们的一侧立着展板，上面用意大利语、英语和法语写着相关历史。我想在这美丽的村庄住一晚，但所有旅馆都没有空房了。看来秋季来此旅游的话，需要事先预订房间才行。







皮埃蒙特大区

Piemonte

圣朱廖

Orta San Giulio

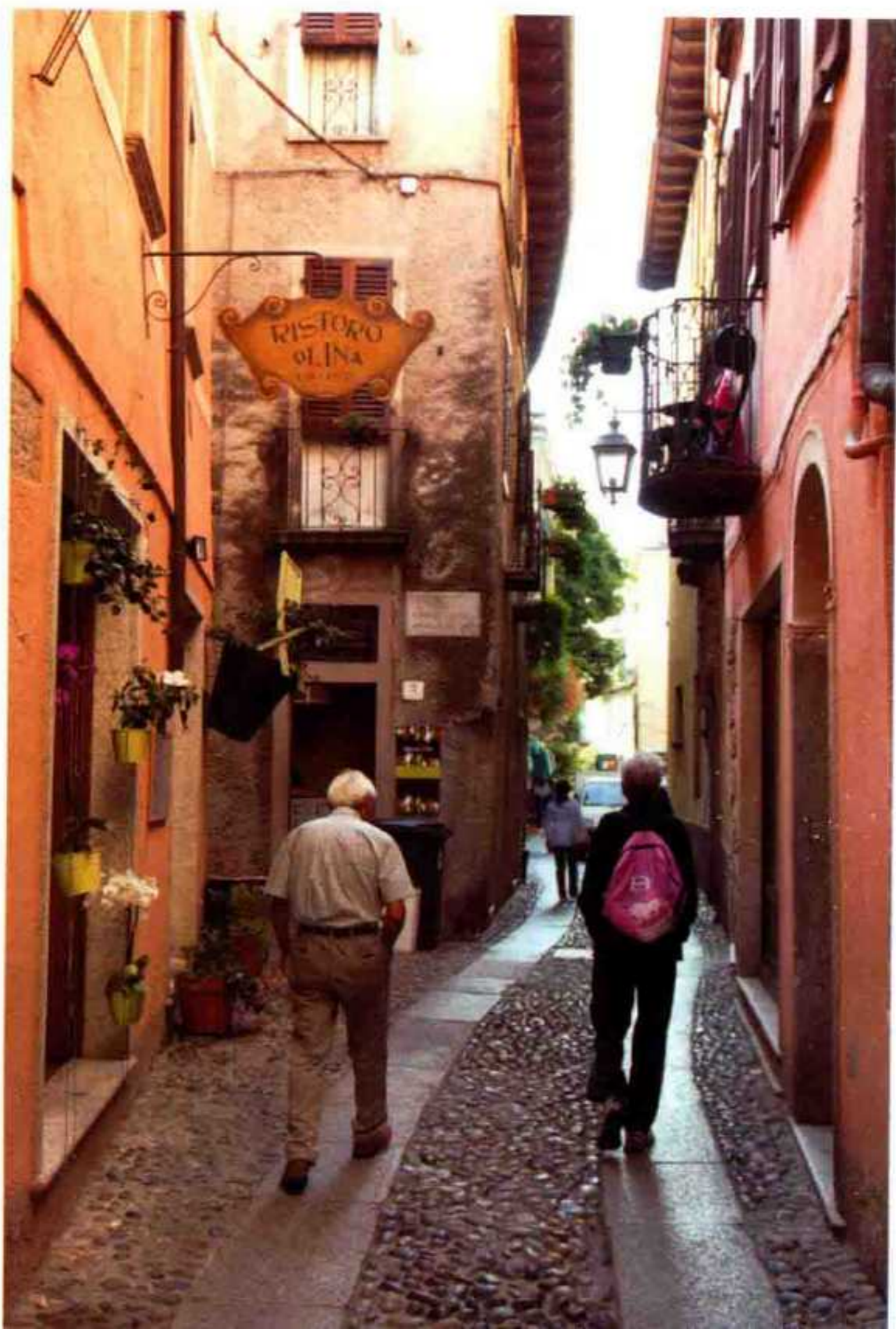


经过历史洗礼的 观光圣地 有着诸多名胜的村庄

圣朱廖位于米兰以北约 100 公里的奥尔塔湖东部的半岛上。传说中与龙战斗的朱利奥 (Giulio) 和朱利亚诺 (Giuliano) 兄弟，是守护这一带的圣人，也是圣朱廖这个名字的由来。村中的美丽街景受到了历史的洗礼，17 世纪至 18 世纪的贵族之家和 19 世纪新古典风格的房屋排列在一起，可以看到庭院里盛开的鲜花。圣朱廖和周边的马焦雷湖沿岸村庄一起，组成了一处从米兰轻易就可以到达的观光地带。奥尔塔的山蒙特 (意为神圣的山) 在 2003 年入选了世界遗产名录。



这是一座位于湖畔的巨大村庄，主干道上有意大利面馆、箱包店，还有贩卖画作和香皂的店。看起来，平时有许多游客来访，高级意式餐馆的生意也不错。美丽的石板路前方有 1485 年建成的童贞圣母升天教堂，我有幸参观了教堂内部。广场的一角有一座小小的码头，船老大们正轻松地闲谈着。支付了 4 欧元后，我乘船来到奥尔塔湖上的圣朱利奥岛一游。岛上的修道院周围排列着一些朴素的石头房子，小路默默地向前延伸。只花了差不多十分钟，我就绕小岛转了一周，岛上静悄悄的，让人不禁怀疑这里是否真的有人居住。









皮埃蒙特大区

Piemonte

坎德洛

Ricetto di Candelo

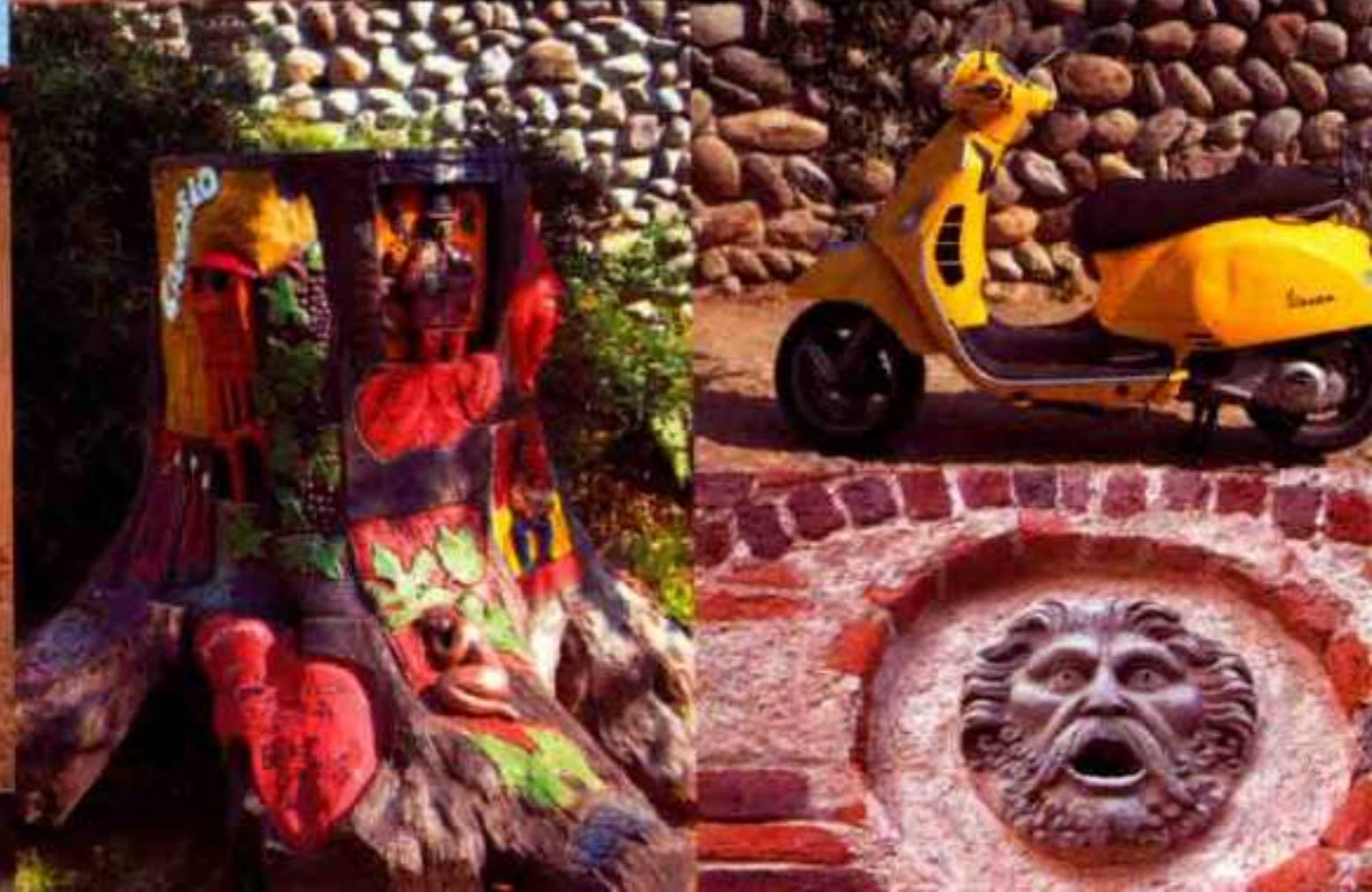
拥有讲述历史的城墙
和萨瓦纳般的自然景色

坎德洛位于比耶拉市东边的小山上，四周被城墙包围。这座城墙在过去的历次战争中，都承担了守护村民的重任。周长470米，面积1.3万平方米的村子里住着200多户人家。或许是因为容易让人联想起以往村民的生活，近年来许多电影或电视剧都以这里为背景舞台。另外，村外的巴拉吉自然保护区呈现和萨瓦纳气候区相似的景象，可以观察到许多形状各异的植物。



穿过高大又富有沉重感的石拱门进入村庄，可以看到石头建造的房子整齐排列着。这里可能限制轿车进入，让人有种在中世纪的世界里迷路的奇妙感觉。墙壁缝隙间有许多鸟巢，到处都能听到鸽子的叫声。一边在脚底感受着石头小道带来的凹凸感，一边走进村子内部，可以看到一些特产店和意式餐馆，不过都没有开门。在一家艺术品店的前面，有位老爷爷正埋头用电锯削着木材，沉浸在艺术制作中。这里明明是一座可以让人切身体会到意大利历史的富有魅力的村子，我却没有遇到其他游客。花了30分钟左右，我就将村里所有的路走了一遍。





皮埃蒙特大区

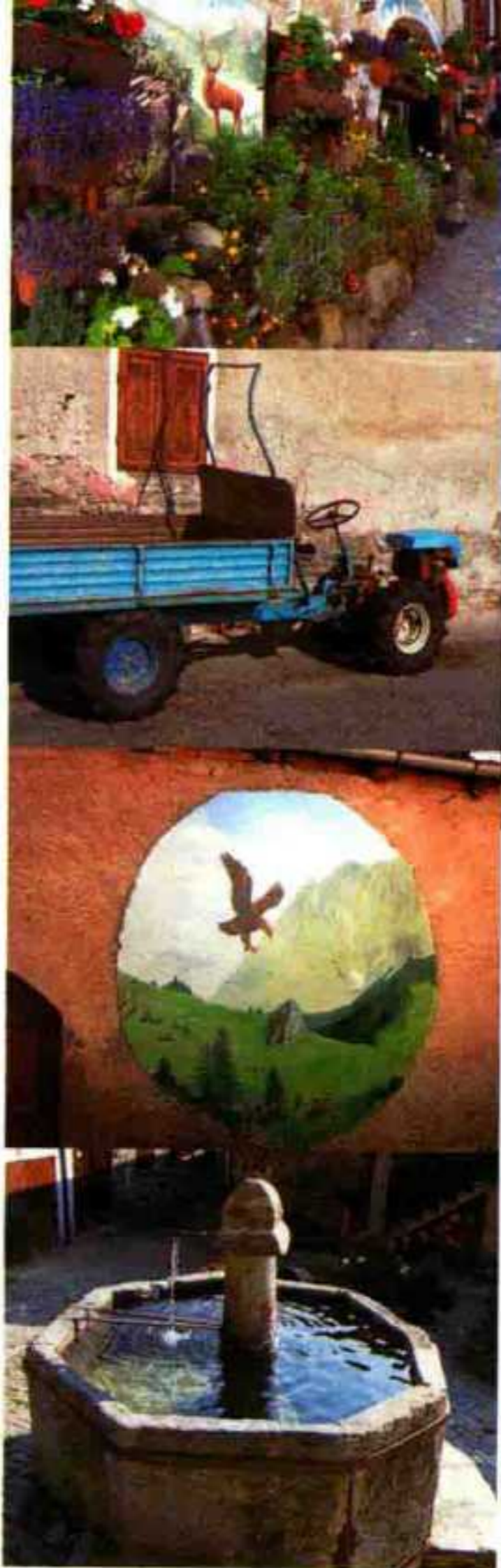
Piemonte

乌塞亚乌克西

Usseaux

拥有独特植被的自然公园
能品尝到美味面包的村庄

位于基索内山谷的乌塞亚乌克西被两座自然公园包围，在这里可以见到皮埃蒙特大区高山地带特有的植被。这里有人类居住的历史可以追溯到1.4万年前。以前，村庄曾被法国统治，现在演变成了各种宗教和民族共存的地方。这里的面包以其美味闻名，人们用从前节日中使用的水车磨坊将谷物磨成粉，然后用村中公共的炉灶烤面包。



这座村庄在法国的国境线附近，虽然处于海拔1000米的山脉绵延地带，不过山坡上的树木较为稀疏，显得很开阔。我在村中散步时，田里做农活的老奶奶向我打招呼说“早上好”。建筑物的墙壁上画着许多画，每幅画都让人感觉笔触很温柔。画上描绘了村庄生活的景象、人物的肖像，还有在附近生活的动物们。小广场有七幅描绘以前人们做农活的画作特别吸引人。这是一座到处能听到鸟儿鸣叫的宁静村庄。一百年前，这里的人口超过了1000人，但现在据说还不到200人。







皮埃蒙特大区

Piemonte

奥斯塔纳

Ostana



四周高山环绕的 著名牧羊地 保留着独特语言的村庄

位于意大利最长河流——波河附近的奥斯塔纳村，从中世纪开始就以夏季牧羊的好地方而闻名。耸立在法国国境线上、海拔 3481 米的维佐山环抱着这座美丽的村庄，这里的人们依然讲着阿尔卑斯地区独特的方言“奥克语”。1921 年，这里有 1187 人，但因为人口持续外流，现在只剩 80 人左右了。不过居民们保护传统文化的意识很强，为博物馆的建设和村中传统建筑的保护做了许多努力。



确认过地图后，我发现这座山里有四个村落。一开始造访的奥斯塔纳村有个小小的问讯处，里面有一位女性工作人员。她一边说“真的很久没有游客过来了”，一边给了我这个地区的详细地图。之后，我驱车通过狭窄的山路，探访了圣安东尼奥村和伯尔纳迪村。每座村庄都以教堂为中心，四周围绕着朴素的民房。正在散步的老爷爷和我打了招呼，他对日本人的来访感到十分惊讶。



皮埃蒙特大区

Piemonte

蒙巴尔多内

Monbaldone



被 12 世纪的城墙包围 保留着中世纪街景的村庄

在以松露闻名的阿尔巴村东南方约 20 公里处，有一座叫蒙巴尔多内的村庄。蒙巴尔多内在 12 世纪时为德尔卡雷托家族所有，他们巩固了村庄的防御设施。村中有几口水井和九间民房，这便是我们现在所看到的村子的原型。1637 年，这里遭遇西班牙军队的进攻，当时村庄被攻破。现在，这里依然保留着中世纪的街景，村庄周围可以看到 12 世纪时建造的城墙。



这是座非常小的村子，多亏了有指示牌，才让人不至于忽略这里。穿过窄窄的石板路，就能到达村里的小广场，两座淡奶油色外墙的教堂相依而建，沐浴在夕阳下。不知是不是因为造访村子的旅人甚少，我在这里漫步时，某座民居中的丝毛犬隔着窗户疯狂地吠叫起来。我走到看不见建筑物的地方，又折返回来，以相同的路线回到村子入口，一路上都没有遇到村民。高处的高望台视野不错，可以将周边的丘陵地带一览无遗，还能看到附近的火车站。





皮埃蒙特大区

Piemonte

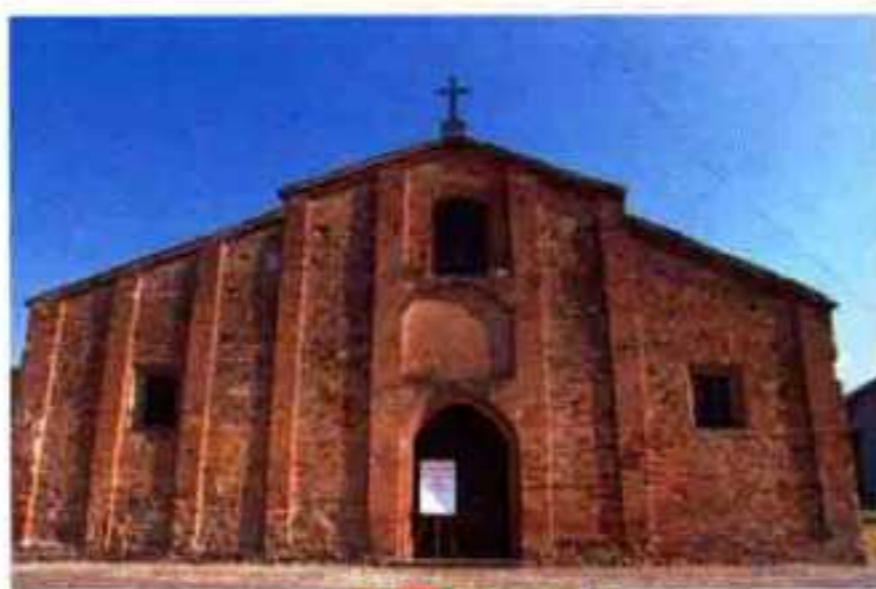
沃尔佩多

Volpedo

保留了过往风格的 两座广场和 著名画家画室的村庄

虽然由于时代的变迁，这座村庄经历了一系列改造，但马拉斯皮纳广场和沃尔佩多广场仍旧保留了村子的古老特征。特拉里奥大道上的房子使用未经装饰的石头建造，至今还可以看到古老的墙壁。19世纪末的著名画家佩里泽·达·沃尔佩多出生于这座村庄，他的画室今天依然保留在村里。一边欣赏养育画家的村庄美景，一边鉴赏这位画家的画作，是一件非常有趣的事。

村中到处展示着朱塞佩·佩里泽·达·沃尔佩多（1868~1907）画作的复制品。其代表作《第四阶级》被装饰在村庄的中央。这幅描绘劳动者的觉醒、充满冲击力的画作，深深震撼了我（该画作真迹收藏于米兰20世纪博物馆）。他的画室位于居民区的一角。我去的那天不对游客开放，不过刚好有一群小学生来参观，老师就对我说“你也请进吧”，特别允许我这个游客进去参观了。柔和的自然光照进这个雅致的空间，画家父母和妻子的大幅肖像画深深打动了我的心。





皮埃蒙特大区

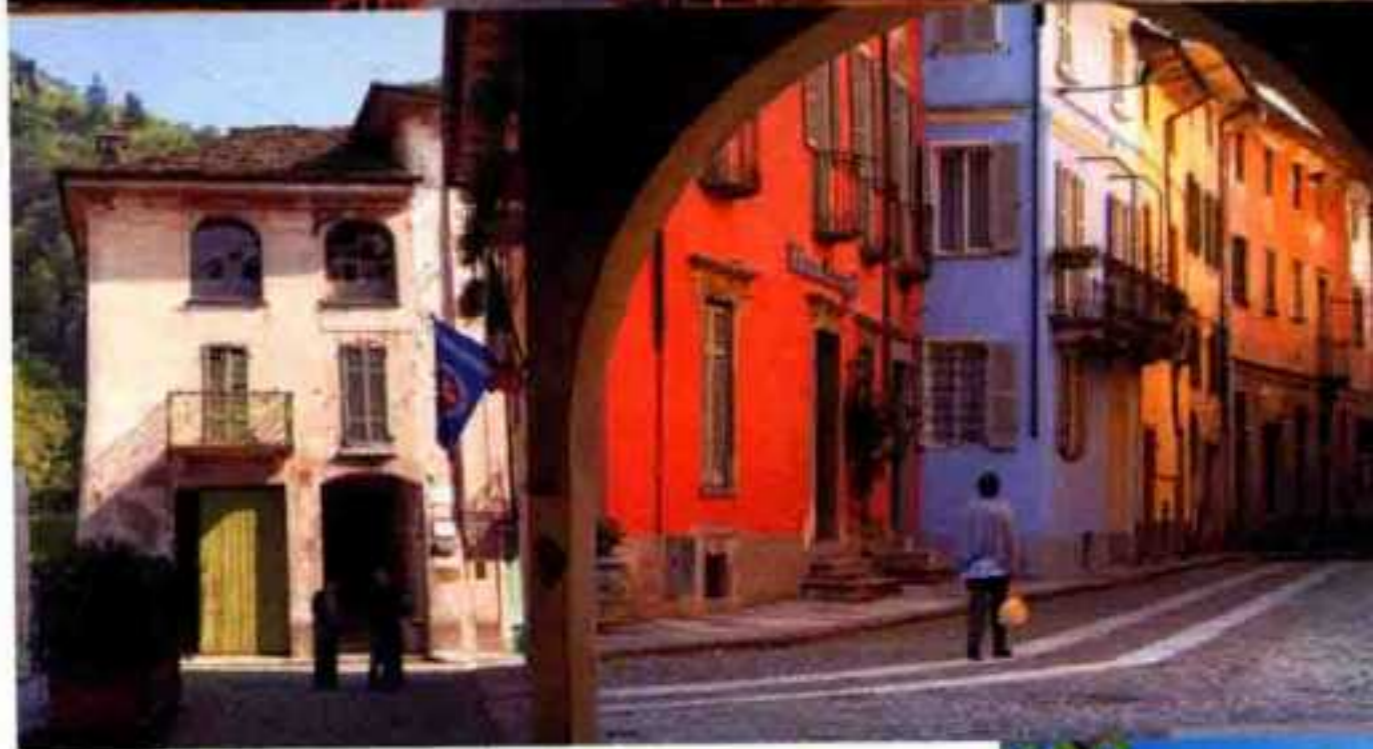
Piemonte

沃戈尼亚

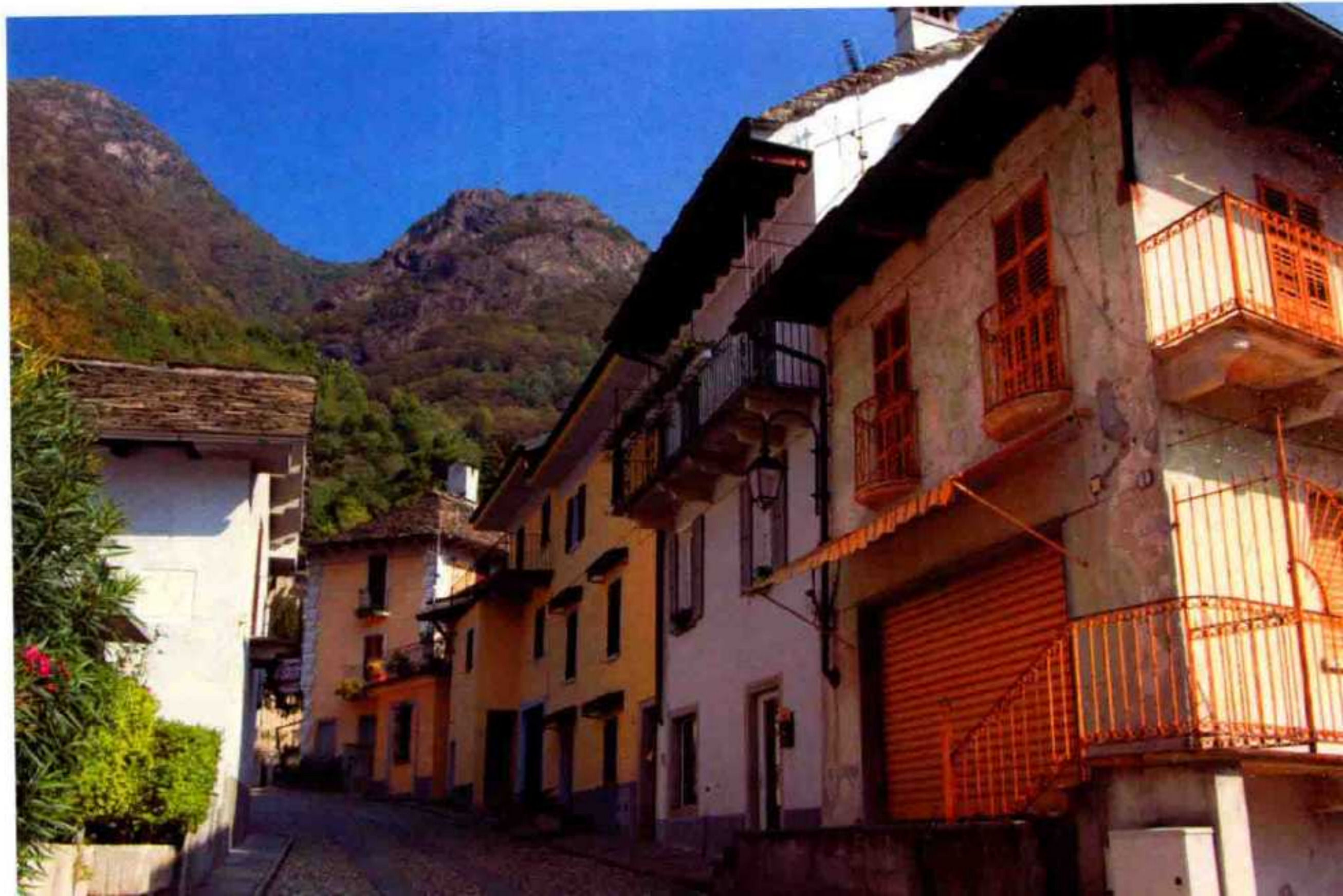
Vogogna

保留了过去街道面貌的 岩石要塞之村

沃戈尼亚村位于马焦雷湖西北侧，是一座为山谷刻下历史的岩石要塞。这座村庄在 1328 年成为奥索拉山谷地区的首府，从威斯康帝城堡建成之后，直到 16 世纪中期都还十分繁荣。在这之后，直到 1800 年为止，先后被西班牙、奥地利、法国等国家统治，各方面都渐渐走向衰落。不过从前繁盛的面貌保留至今，要塞、街道等中世纪的遗产也因村庄发展滞后而得以保留。流过山谷的托切河和阿尔卑斯山脉的景色，历经几百年的时间洗礼，依旧保持着原貌。



这是一座位于山麓的小村庄。我参观了耶稣圣心教堂的内部，这座教堂正面的玫瑰窗雕刻得十分精美。建在主干道旁的三层建筑色彩分明但十分柔和。有时我受不了夏季阳光的照射，就躲到拱廊的阴凉处休息。越过拱门，望着街边的房子和行走的路人，就像在看一幅描绘村庄景色的画。在地势较高的地方有一座大大的城堡，我走到入口处，发现这天刚好没有开门，很遗憾没能进去看看。



Liguria

利古里亚大区



利古里亚大区

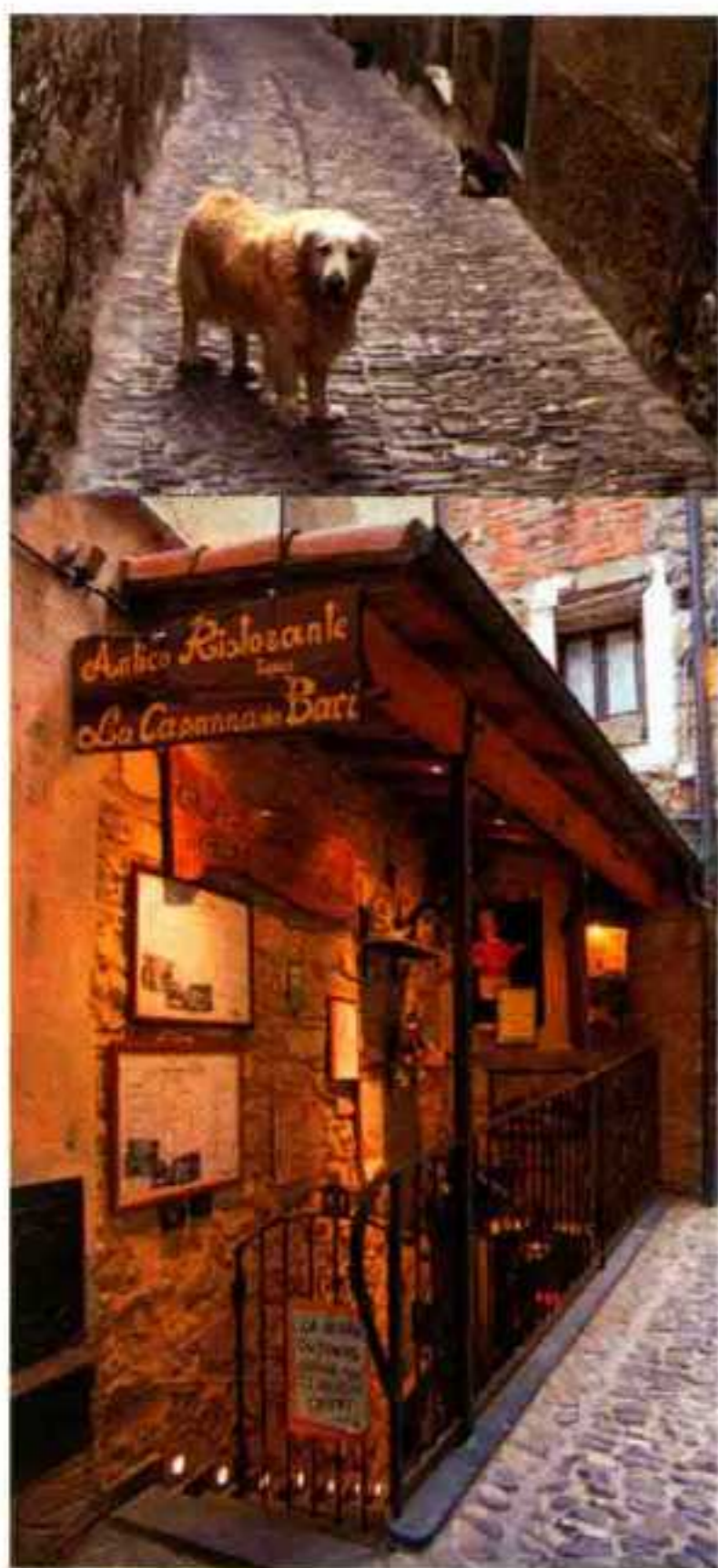
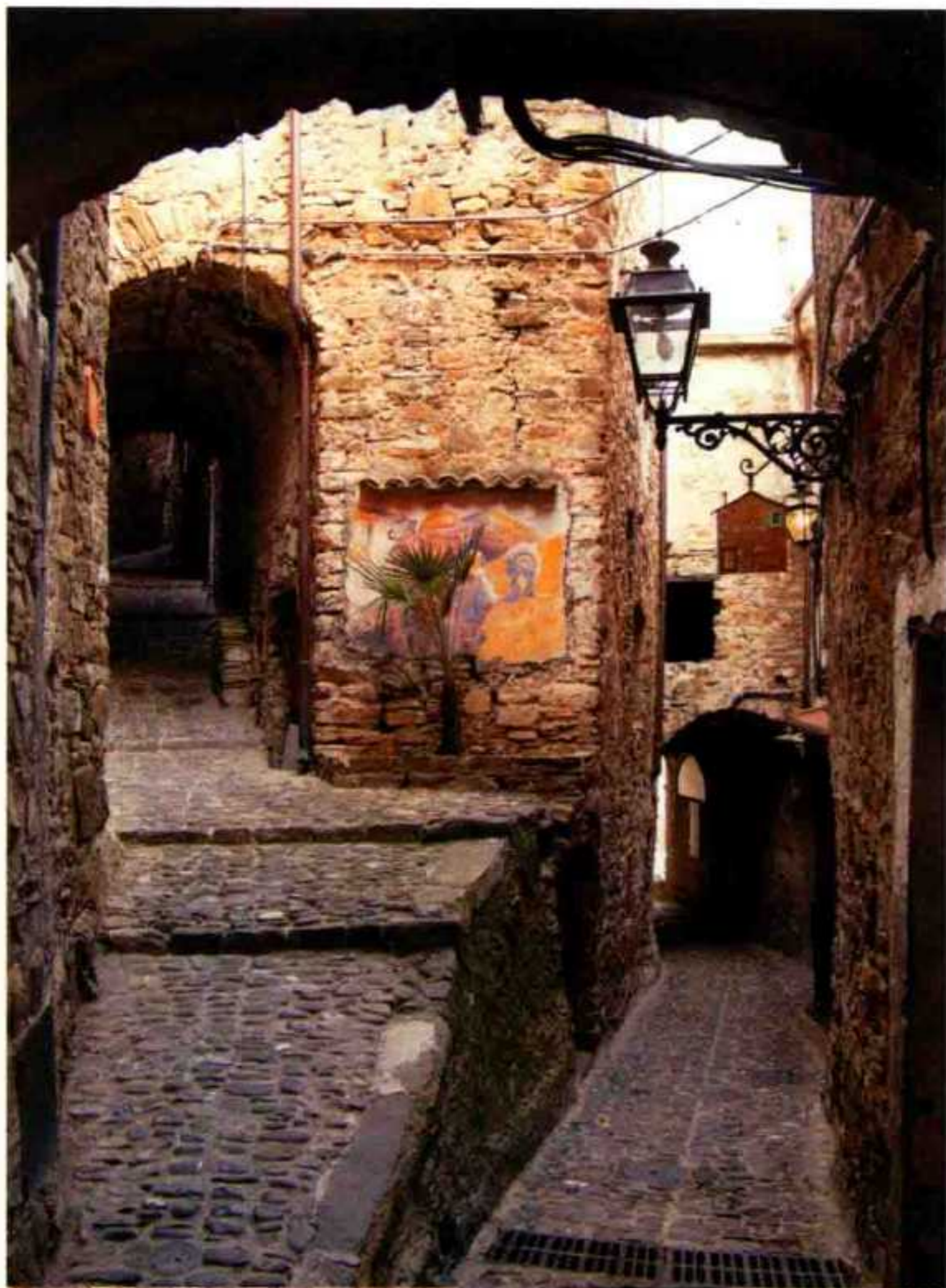
Liguria

阿普里卡莱

Apricale

卢瑟托拉城下的中世纪街道 适合散步的村庄

这是一座紧贴着陡峭山坡建造的村庄。村中地势较高的地方保留着经过修复的10世纪卢瑟托拉城堡。卢瑟托拉意为“蜥蜴”，象征着向阳之处，也是以前在利古里亚地区生活的凯尔特人的象征。这里细长的道路像网一样复杂，马志尼路、卡斯特略路、喀布尔路的石板极富美感，一边散步一边看着家家户户的台阶，仿佛不小心走进了中世纪。



看到这座在山脊上盖满建筑物的村庄，我不禁怀疑起自己的眼睛。想到这种村庄的存在和在其中生活的人们，都让我觉得难以置信。我进入村庄，好不容易才找到停车场，然后便马上开始探访。细长的小巷加上随处可见的隧道，让人以为进入了迷宫。我还看到了开着小拖车或三轮车运载东西的人。高处的广场上有一些相连的4~5层大型建筑，老人们坐在路边闲谈。虽然景色绝佳，但因所处的地势，这里没有成为观光地，餐厅和咖啡馆、土产店都很少。









利古里亚大区

Liguria

布鲁尼亚托

Brugnato

令人心情舒畅的亮色民居 建在李树丛中的村庄

村徽上的李子树在当地被称作“布鲁那”，也成了村庄名称的由来。现在村子周边也自然生长着许多李子树。村中家家户户的外墙都涂成明亮的米色或粉红色，和湛蓝的天空交相辉映，十分美丽。12世纪前期建造的主教大教堂中，保存着描绘圣安东尼奥·阿巴特的壁画。另外，16世纪的壁画《基督的奉献》也在近年来修复教堂的过程中被人们发现。



当我穿过大门进入村中时，首先吸引我的是出售新鲜蔬菜的商店，村民们经常会过去买菜。排列整齐的民居，每一家都色彩分明。圣伯多禄·圣洛伦佐·圣高隆邦主教大教堂的高塔描绘着条纹图案。教堂里有座摆着六个大烛台的祭坛，窗外的阳光洒在祭坛上，显得十分明亮。我一边漫步一边观察石板路的纹理，不知不觉就回到了村庄入口，这时我才发现，这座村庄的道路呈环形。



利古里亚大区

Liguria

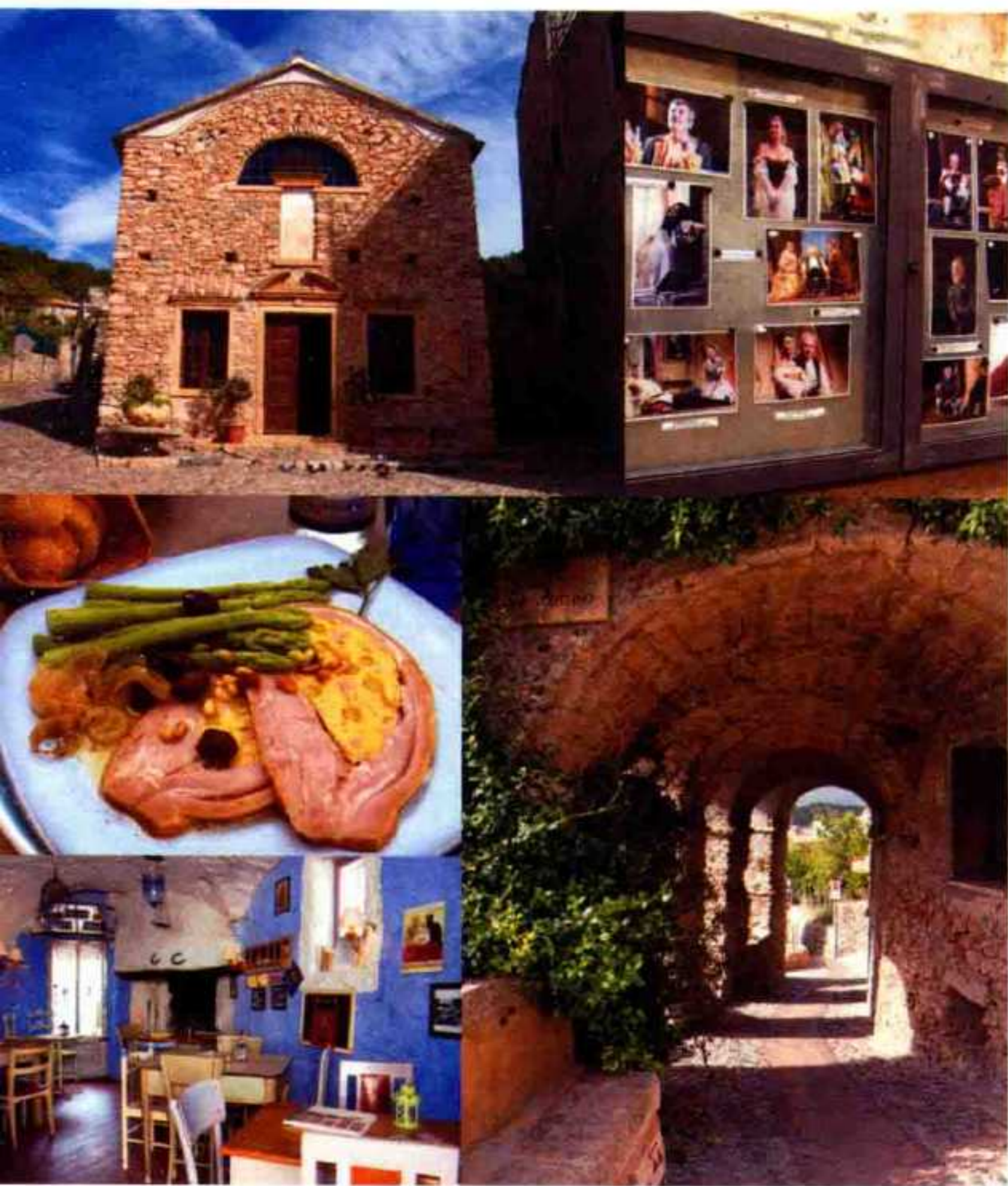
韦雷齐

Verezzi

洋溢着旧石器时代的
人类气息
面朝大海的村庄

9世纪，一位本笃会的神父为了建造修道院而在这里住下，这座村庄也因此开始发展起来。之后为了防御撒拉森人的袭击，村民们用碎石头建起了高墙。从现在保留的老房子可以看出，当时的建筑受到了阿拉伯和伊斯兰教的影响。村中的高地上有一座塔，这里有个旧石器时代的洞穴，并有人类居住过的痕迹。在圣阿戈斯蒂诺广场可以眺望壮观的海景，每到夏季，这里还会举办戏剧节。

从位于高地的村庄入口，可以远望波光粼粼的碧蓝大海。走过几间民房，我到了一座广场，广场上有圣阿戈斯蒂诺教堂。我路过一家名叫“托尔·安提卡”的餐厅，可爱的装饰风格吸引了我，他们的主打菜肴“热那亚风味牛胸切片佐芦笋小蒜”十分美味。每年7月，在广场上会有露天剧场，我想以后有机会的话，再来这里看场戏。（“牛胸切片”是一种将牛胸做成袋状，往里面填充食物的热那亚菜。）



利古里亚大区

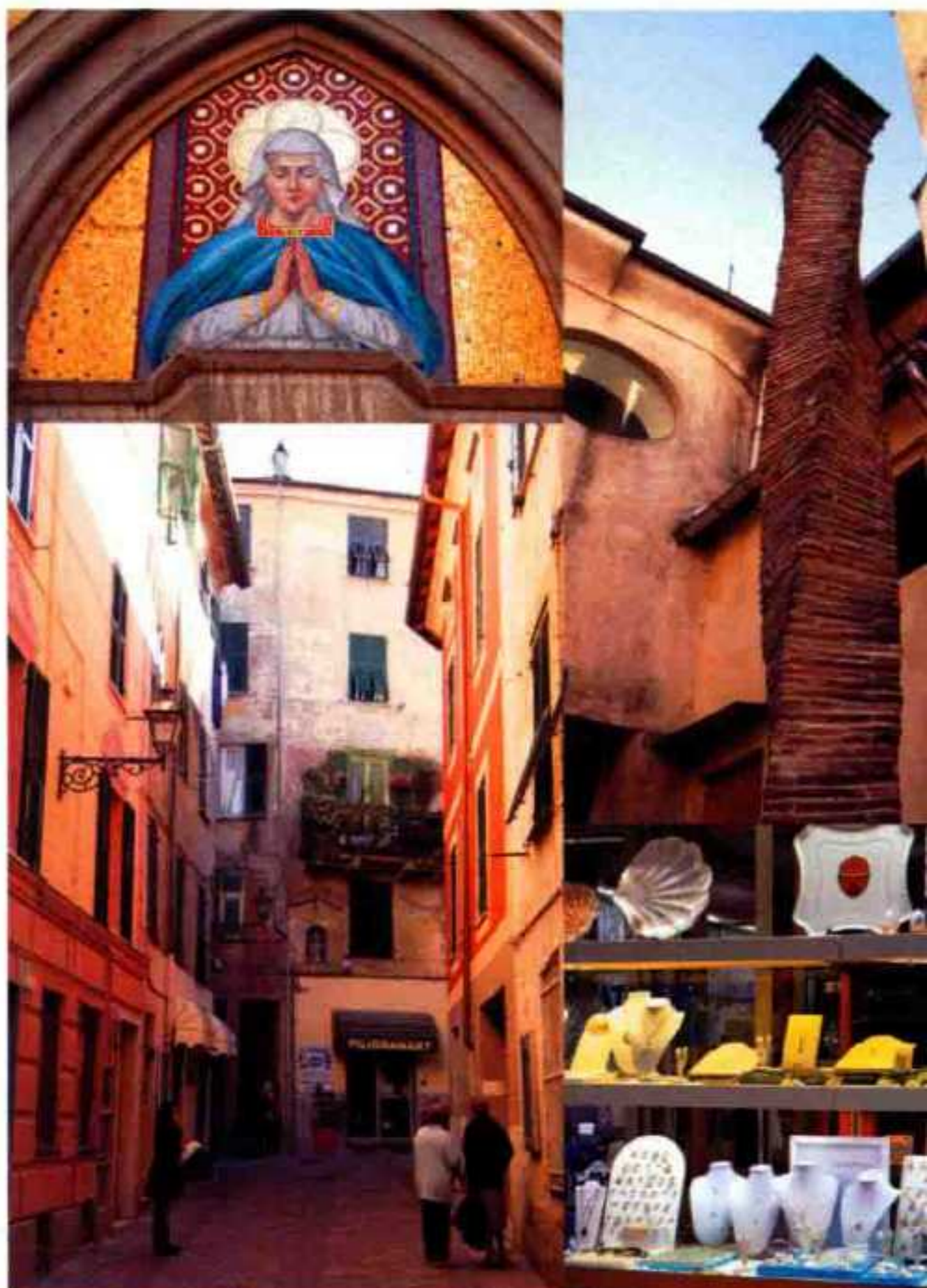
Liguria

坎波利古雷

Campo Ligure

在数个时代成为战场
如今主营金银工艺品的村庄

这座村庄起源于古罗马时代，为抵御日耳曼人的进攻，这里建筑了要塞。15至18世纪时，坎波利古雷也多次在与奥地利帝国的攻防战中成为战场。自从1815年并入萨丁尼亚王国开始，棉纺织业在此兴起，在某段时间，从事棉纺织业的村民达到了1000人以上。1884年，这里诞生了第一座金银细丝工艺品作坊，之后逐渐成为村里的主要产业。现在，坎波利古雷是意大利金银细丝工艺品中心之一。



走过建在河上的石桥进入村子，可以看到从教堂广场延伸出去的主干道，道路两旁有食品店和杂货店，还有珠宝首饰和化妆品店，有些当地人正在愉快地购物。在小巷里散步时，我发现一条通往圆锥形高塔的小路，还和遛狗的人擦肩而过，唯一遗憾是没能进入塔里参观。高塔前的视野不错，可以俯视整片村子，橙色的屋顶很美。



利古里亚大区

Liguria

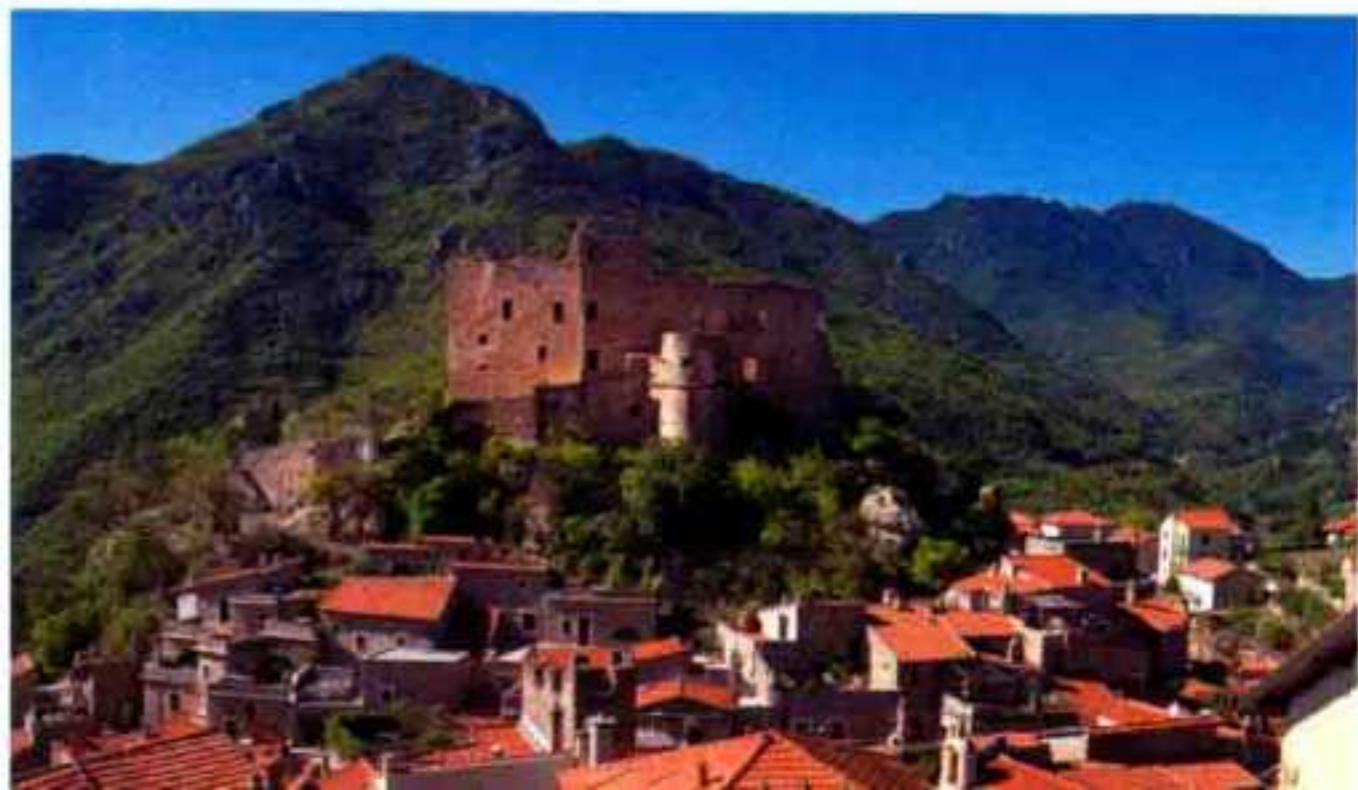
卡斯泰尔韦基奥迪 罗卡巴尔贝纳

Castelvechio di Rocca Barbena



自古以来的交通要冲
拥有美味的橄榄油和葡萄酒的村庄

这座村子的岩山上伫立着一座城堡，其诞生可以追溯到 11 世纪。这里是从内威山谷到内陆地区的交通要冲，当时的管理者为了治理此处建造了城堡，直到 1951 年，这里都还有人居住。城堡曾在 1397 年荒废过一段时间，但 16 世纪德尔·卡雷托公爵家让它再次发挥了作用。从前这里商业繁荣，而现在，“普里莫·鲁乔”特级初榨橄榄油和奥梅斯科葡萄酒较为出名。



沿着曲折险峻的山道向上走，在山麓的开阔地带突然出现了村庄。这里的民居大多围绕着城堡建造。墙上布满爬山虎的房屋、石头砌成的水池、拱形石桥……这些景色让人体会到几百年时光的流逝。我沿着石板小路向上走，高地上的城堡似乎是私人财产，一般不对游客开放。洒满阳光的小广场上有座圣母升天教堂，色调柔和的外墙赏心悦目。我在村中度过了大约三个小时，但一个村民也没有遇到。

利古里亚大区

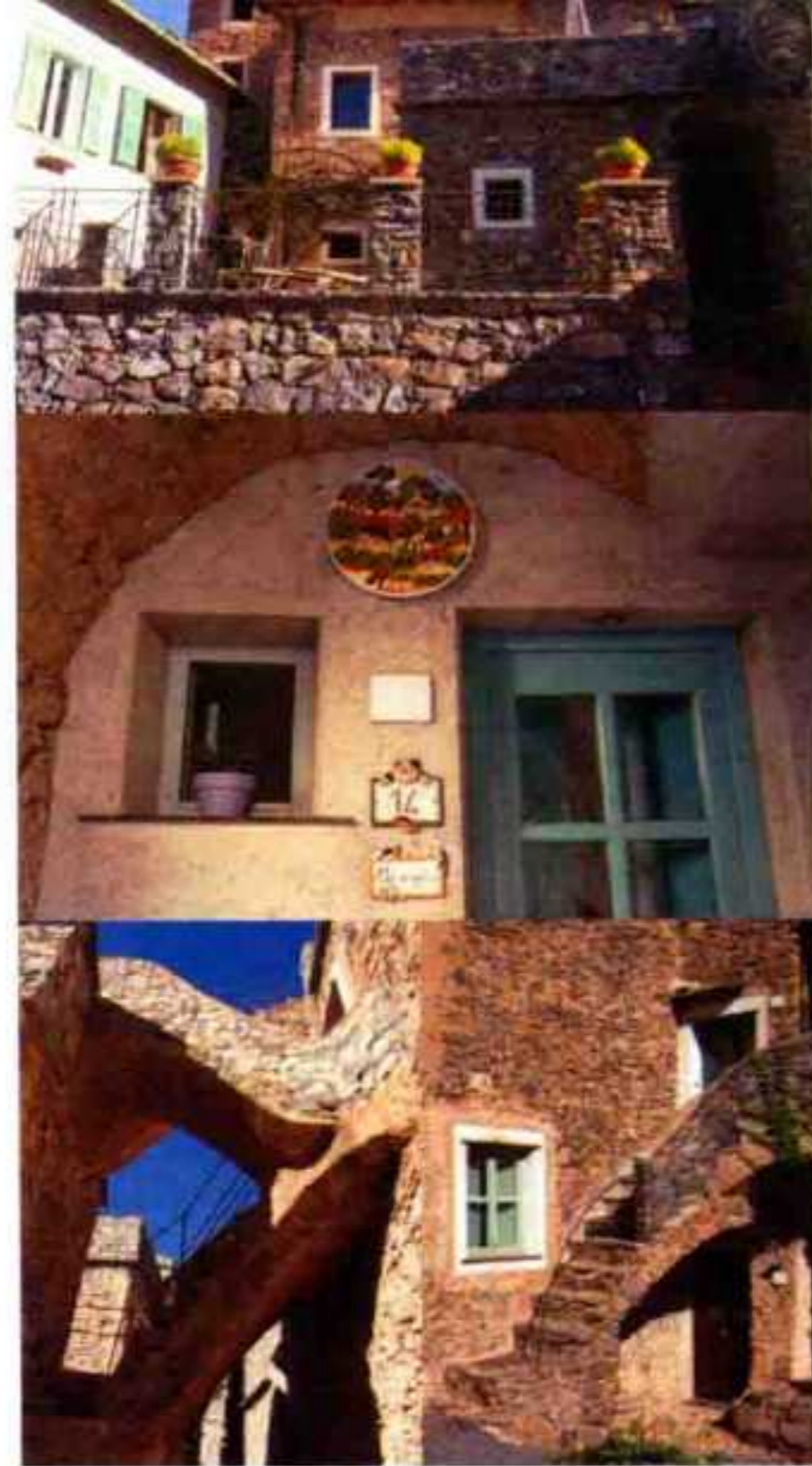
Liguria

卡斯泰尔比亚恩科

Colletta di Castelbianco

以巴洛克风格的尖塔和
黑松露为标志的村庄

静静伫立在万绿丛中的这座村庄，作为连接地中海和现在的库内奥城的枢纽闻名于世。作为村名由来的“卡斯泰尔比亚恩科（白色之城）”是克拉韦萨纳侯爵为了守卫山谷而建造的，但现在只留下了遗迹。巴洛克式圣母教堂的尖塔十分引人注目，教堂内保留着贵重的18世纪的风琴。村中的名菜是卡斯泰尔比亚恩科风味的黑松露奶酪火锅和意大利饺。



山中有三座村落，维萨罗村有位老爷爷在车库里修理着某种机器。而在维拉伯村中，喷水池旁玩耍的孩子们给我留下了深刻的印象，他们向我打招呼，说着“你好”。一座小石桥连接着村庄和森林，从前的村民们也许经常在这座桥上来往。沿着山道继续向前，就能到达柯雷塔村（右页），看到村庄全景时，我产生了一种看着都市公寓楼的感觉。棱角分明的房屋有序地排列着，微微拱起的石桥将房屋连接起来。不知为何，许多人家的玄关在二楼，有位老爷爷正一步一步缓慢地沿着台阶向上走。





利古里亚大区

Liguria

切尔沃

Cervo

村名来自“service” 珊瑚渔民居住的村庄

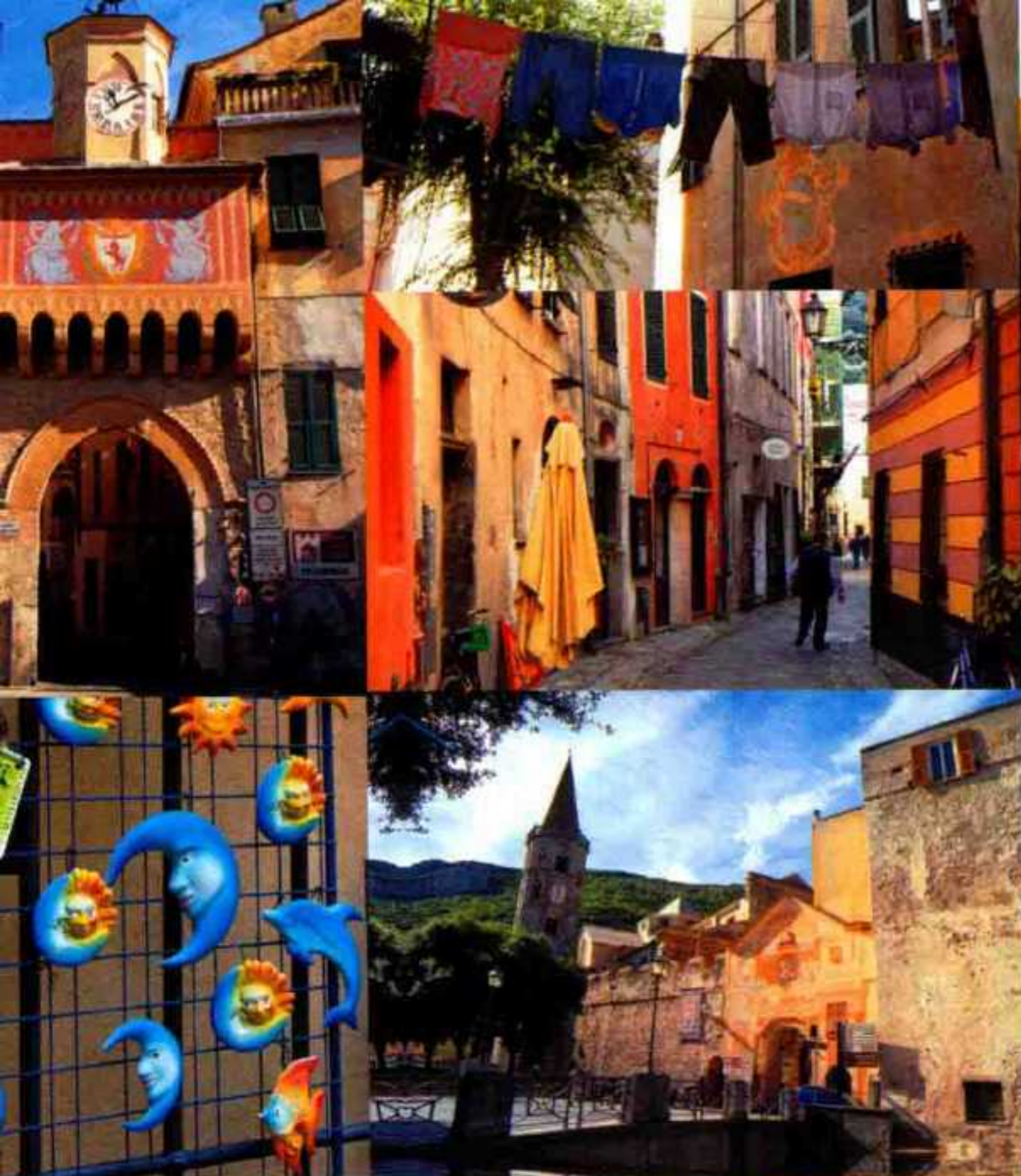
利古里亚地区在公元前 180 年被罗马占领，罗马古道也修建到了这里。切尔沃的语源是拉丁语“servus”，也就是英语中“service（服务）”的意思。这座面朝大海，同时也是交通要冲的村庄，16 世纪时常被土耳其和撒拉逊海盗侵袭。圣乔瓦尼巴蒂斯塔教堂是巴洛克式的大理石建筑，十分壮观。由于这座教堂是以捕捞珊瑚为主业的渔民建造的，所以也被称作“珊瑚教堂”。



村中多数建筑物的外墙是淡黄色，美丽的村庄全景让我看得入了迷。坐在广场的平台上，可以将大海的美景尽收眼底，迎面吹拂而来的海风令人心情舒畅。圣乔瓦尼巴蒂斯塔教堂是 1722 年建造的巴洛克式建筑。我推开门，看到教堂里精致的雕刻和壁画，瞬间明白了：这是村中最美的艺术品。沿着起起伏伏的道路走到村庄内部，我发现许多地方种着仙人掌，还有许多盛开的三角梅。令人意外的是，这里餐厅、酒吧和土特产礼品店的数量屈指可数。







每扇通向村里的门都雕刻着纹章或嵌着时钟，十分精美。广场上有一家酒吧，老人们一边喝着意大利特浓咖啡，一边和朋友闲谈。路边有着四层建筑的主干道热闹程度堪比城市，但一走进小巷，便能从家家晾晒的衣服中体会到生活感。我推开圣比亚焦大教堂的大门，描绘在柱子上的精致壁画和金色装饰、大理石制的讲坛和天使的雕像，都美得无法用语言形容。阳光洒在教堂里，让人感到无比神圣。

利古里亚大区

Liguria

菲纳莱博尔哥

Finalborgo

保留许多过往当权者 宅邸的村庄

菲纳莱博尔哥是公元前 113 年，随着朱莉娅·奥古斯塔大道一起建成的村庄。12 世纪在德尔·卡雷托公爵的管理下，建造了现在我们看到的村庄中心部分。17 世纪在西班牙皇帝的统治下，这里成为连接近郊的港口小镇和内陆的重要通道。当权者们为了体现自己的力量，在这里建造了许多宅邸。这些宅邸和广场、拱门等建筑组成的美景，让游客们流连忘返。圣比亚焦大教堂是 17 世纪的巴洛克式建筑，十分壮观，旁边的八角形钟楼则是 1463 年建造的哥特式建筑。



利古里亚大区

Liguria

拉伊圭利亚

Laigueglia

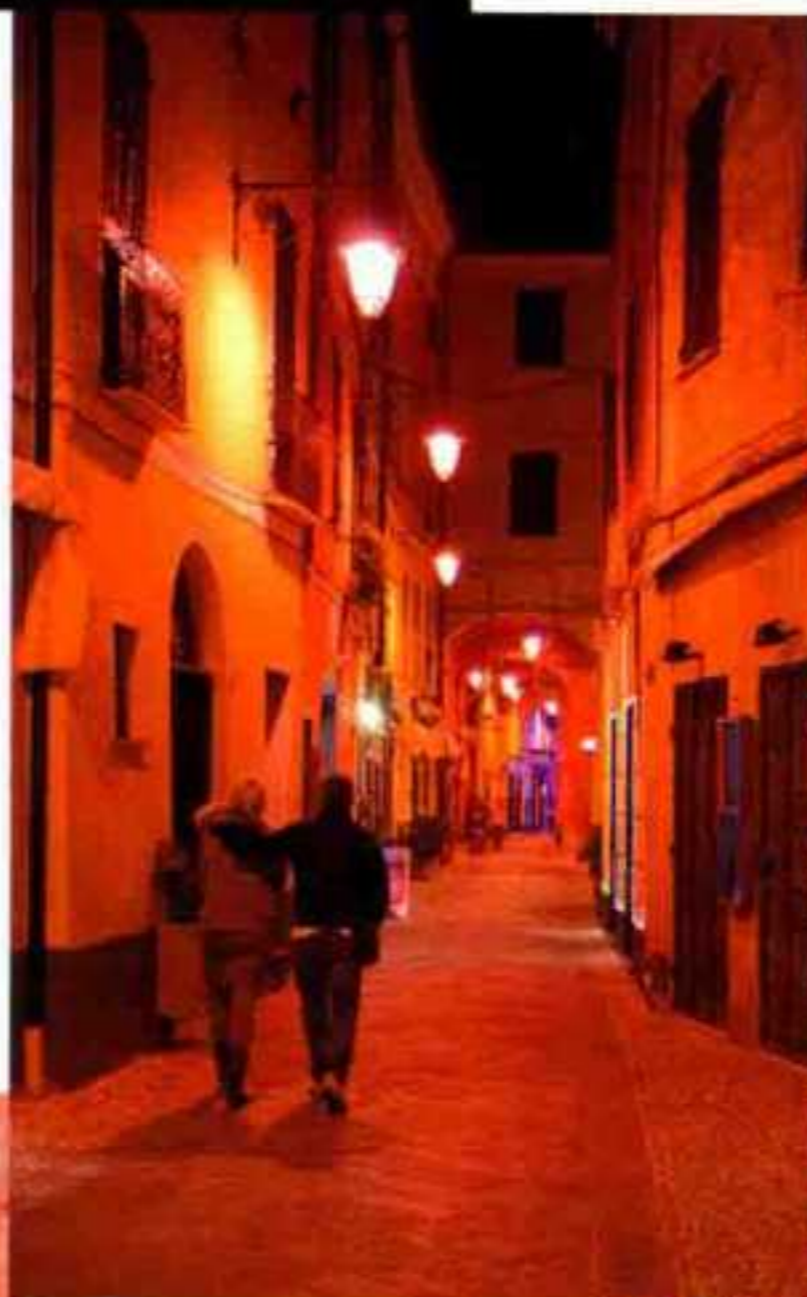
繁荣的珊瑚产业 拥有美丽沙滩和圆屋顶的村庄

拉伊圭利亚面朝利古里亚海，有着美丽的沙滩。两座贴着色彩鲜艳的马约利卡陶片的圆屋顶钟楼给人留下了深刻印象。这两座钟楼属于圣马特奥教堂，是在1715年扩建教堂时建造的。当时是珊瑚捕捞业最兴盛的时期，村庄一片繁荣。以前村庄中心有一座建于1564年、名叫撒拉逊塔的要塞，本来是为了在海盗来袭时保护村子的三座塔，但只有一座留到了现在。



我看到村外有一家小旅店，就先订了一个房间。然后我穿过铁路的高架桥，走进了这座位于海边的村庄。土产店里在售卖海边游玩的用具，看来在夏季，有许多游客来这里享受海水浴。

海水轻抚的沙滩上停着许多渔船，但没有看到渔民的身影，其他游客正在欣赏沙雕。在街边的灯陆续亮起来时，各家餐厅也开始营业了。我走进面向小广场的一家餐厅，品尝了用欧洲蛤蜊做的蛤蜊意大利面。





利古里亚大区

Liguria

瓦雷塞利古雷

Varese Ligure

让人回想起 13 世纪 色彩鲜艳的圆形村庄

瓦雷塞利古雷以 13 世纪建成的要塞兼住宅群“博尔戈·罗通多（圆形村庄）”而闻名。虽然这是一座古老的村庄，不过建筑物色彩鲜艳，而且保存完好，中心广场从前是热闹的集市。村庄的标志性建筑瓦雷泽城堡，从 1161 年开始，成了领主菲耶斯基家对抗强大的热那亚共和国的基地，直到 1547 年投降。17 世纪后，这座城被改造为监狱，现在是私人财产。



村庄被岔岔的河流夹在中间，首先吸引我目光的是一座圆弧型的石拱桥。桥上的最高点有民居的二层楼那么高，可以看到村子的大部分建筑和周边的风景。外墙涂着柔和色彩的建筑物，在午后炫目阳光的照射下变得十分显眼。或许因为村子整体构造是圆形的，每条路都呈平缓的曲线，向村庄内部延伸。我到革制品商店逛了一下，里面有许多手工制作的靴子和钱包。广场的中央是石头堆砌而成的瓦雷泽城堡，不过我没能进去参观。



利古里亚大区

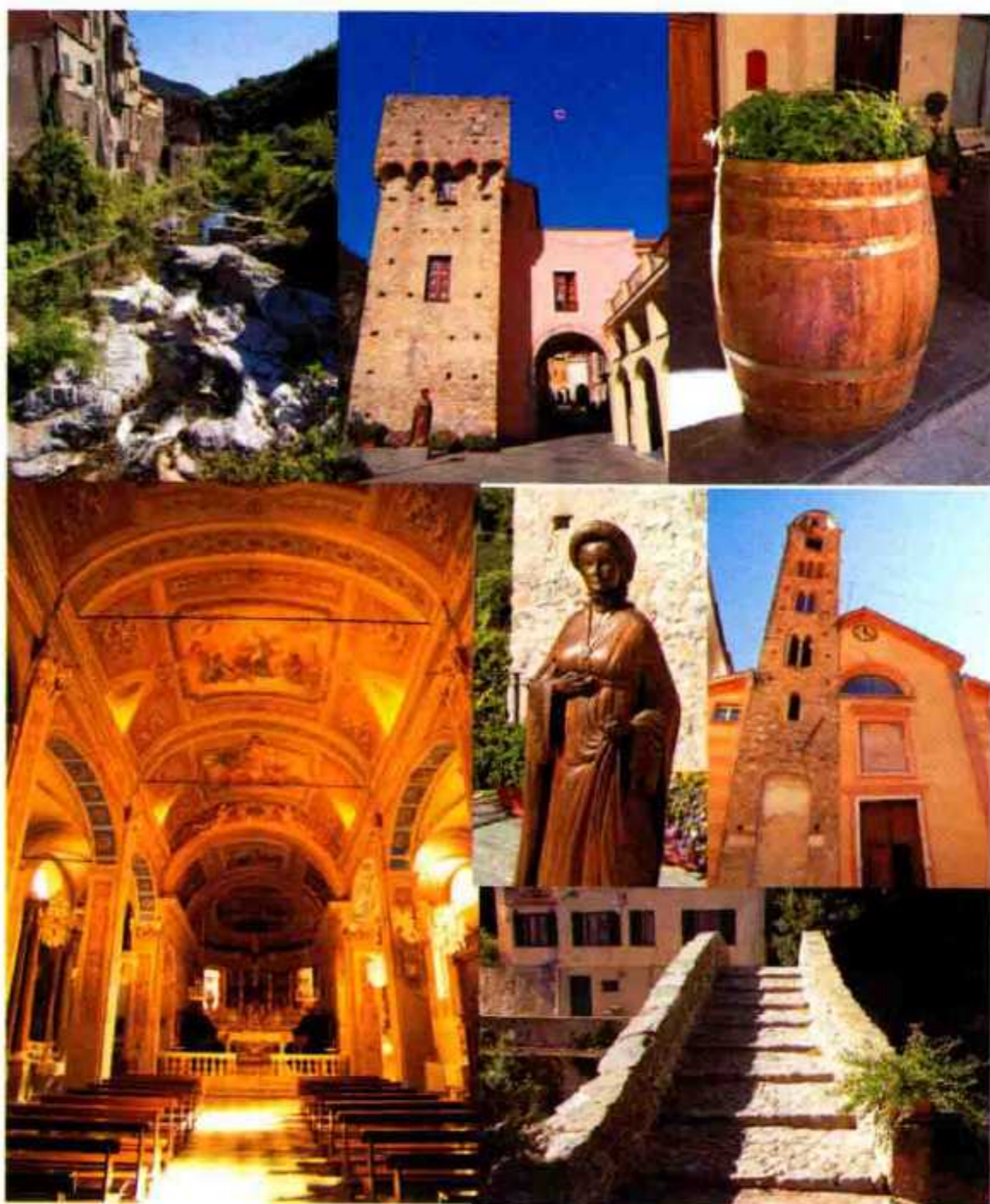
Liguria

祖卡雷洛

Zuccarello

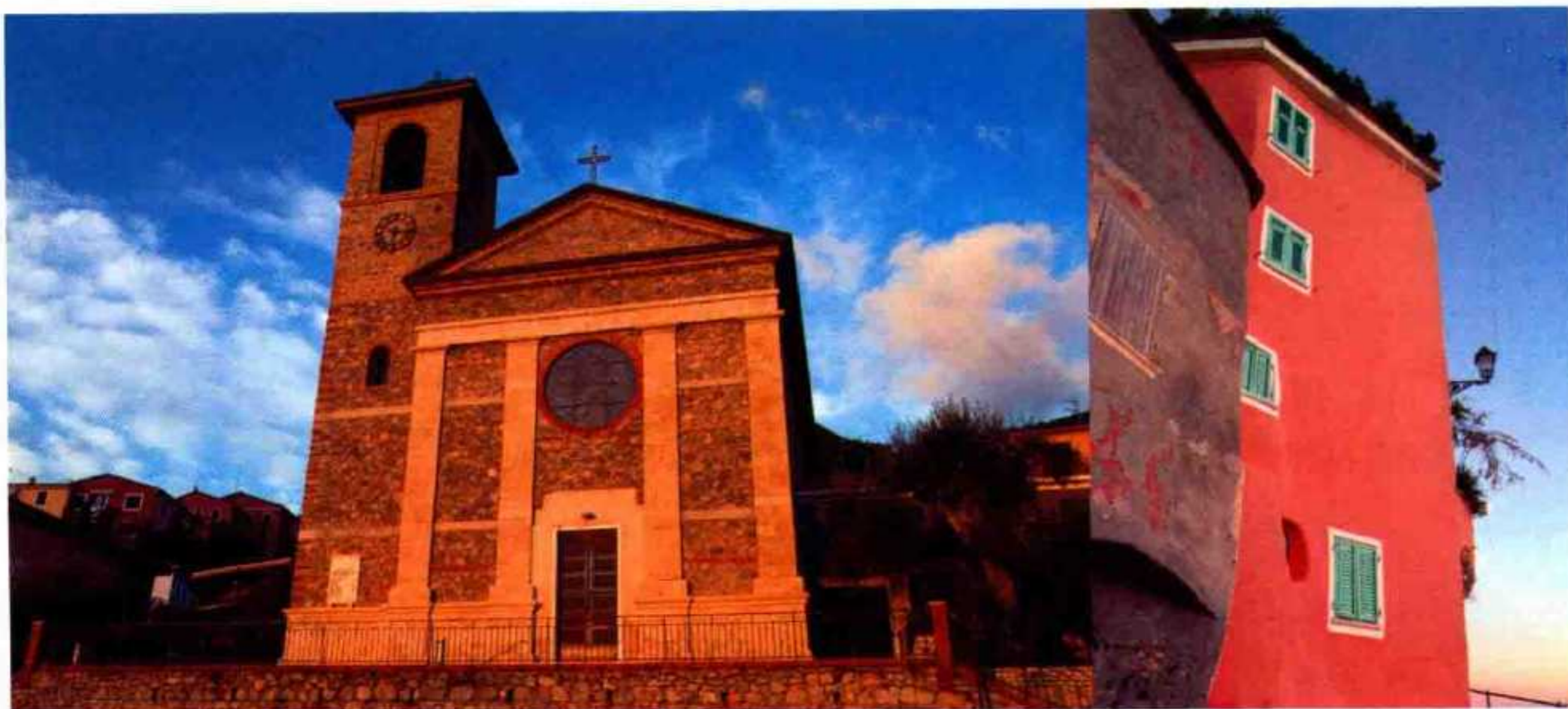
贵族和山谷的居民 协力建设的美丽村庄

1248年4月4日，克拉韦萨纳公爵和内威山谷的人们签订了契约书，这便是祖卡雷洛的起源。契约主要内容是公爵提供资金，村民提供劳动力，在1249年圣诞节前完成村庄的建设。这份契约书至今还在村公所保存着，去参观时可以看到。圣巴多罗买教堂前还有一座气派的罗曼式钟楼。中世纪的罗曼式石桥也很雅致，不禁让人想象以前的人们牵着驴从桥上走过的情景。



这是一座孤零零伫立在山间的小村庄，旁边有河流经过，午睡时间的村子万籁无声。穿过高塔旁边的门，可以看到道路两边精巧的石拱廊，一直延伸到村庄深处。在这座村庄20公里处以西的皮耶韦迪泰科市，似乎也有类似的建筑。圣巴多罗买教堂有座高高的尖塔，我推开门进入教堂内部，金碧辉煌的石柱和天花板上那诸多雕刻和绘画，在从天窗倾泻而下的阳光里显得更加耀眼。





利古里亚大区

Liguria

特拉罗

Tellaro

仿佛浓缩了 海边色彩的村庄

特拉罗在公元前居住着伊特鲁里亚人，村庄名称的语源据说也来自伊特鲁里亚语。后来这里受到罗马的统治，但在1152年成为热那亚共和国的一部分，卷入热那亚共和国与比萨间的争端。现在，特拉罗是莱里奇村的一座村落，据说，1400年受到撒拉森人侵袭的莱里奇村的幸存村民，几乎都逃到了这里。蓝色的海、坐落在海角上色彩鲜艳的圣乔治教堂和小船……都很美。



离村口不远处有座开阔的广场，广场上有几家旅馆。我订好房间后，开始到村中散步。沿着从广场延伸出去的平缓台阶走下去，就能看到一座小小的港口，20来只渔船挤在一起停放着。眺望海上，我看到三艘大船正向热那亚的港湾方向开去。回到旅馆的房间休息了一阵，傍晚时又散步到了同一个地方。建筑物和岩石被夕阳染红，过了一会儿，点亮灯光的圣乔治教堂在深蓝色的背景中，美得令人赞叹不已。我在路上遇到一家看起来挺不错的蔬果店，买了几颗橙子。因为一直没找到餐厅或是披萨店，于是我回到旅馆的餐厅里吃了晚饭。









利古里亚大区

Liguria

莫内利亚

Moneglia

教堂保留着 12 世纪的战利品 拥有美丽景色的村庄

“莫内利亚”的语源来自“珠宝”这个词，由此可以看出，这座村庄在古罗马时代的风景多么优美。穿过开在岩山中的隧道，我才终于到达这里。引人注目的是位于村子东侧和西侧的比利亚弗兰卡要塞和蒙泰莱奥内要塞，这两座要塞是 12 世纪由热那亚共和国建造的。圣十字教堂中装饰着一些锁链，是以前莫内利亚和热那亚共和国一起打败比萨的时候，从比萨的舰船上扯下来的。



在种植着一排椰子树的海边小道上，开了几家旅馆和餐厅。这里的旅游业发展得比较好，每家旅店住一晚都要 100 欧元。在禁止车子行驶的小巷中，有多家食品店和杂货店，许多当地人和游客正在买东西。我被石板小道的纹路吸引，一路走到了雄伟庄严的圣十字教堂。这时刚好在进行傍晚的礼拜，大约三十位村民在听神父演讲。有位老奶奶和我对上了目光，然后朝我微微一笑。我沿着狭窄的小巷走到一座棱角分明的高塔附近，但这里似乎是私人住所，不能进去参观。





利古里亚大区

Liguria

林古埃里耶塔

Lingueglietta

罗曼式建筑与文艺复兴时期建筑并存的村庄

林古埃里耶塔是属于奇普雷萨市管辖的一座村庄。迎着清新的海风，沿着橄榄树林中的路向上走，就能到达这里。原本是在领主的城堡周围建造民居而形成的村子，但现在城堡已经不见了。建造教堂使用的石头有着13世纪的韵味。圣伯多禄教堂是罗曼式后期的建筑，在16世纪被改造成了城塞。中世纪的宗教建筑和文艺复兴时期的军事建筑融合的例子，在利古里亚大区也是十分罕见的。



沿着橄榄树林唯一的路走着，眼前就出现了这座小小的村庄。从海上吹拂而来的舒爽海风，吹遍了村子的各个角落。我在村中一直没找到餐厅，也没有遇到村民。我一边欣赏有着可爱图案的门牌，一边沿着小路走到了高处。正当我对前方的风景充满期待时，乍看之下能让人联想到城堡的圣伯多禄教堂出现在了眼前。教堂前后墙体的设计十分吸引人，不过因为大门上着锁，我没能进去参观。





村庄前有一条大河流过，上面架设着一座吊桥。我先在桥上眺望了一下村子的全景，大量建筑物背向这条河，可以看到很多晾着衣服的阳台。穿过拱门，眼前是一条大路，路边耸立着三层高的建筑。这里道路宽阔，地上也没有划线，看起来更像一座广场，周围还有几家餐厅和酒吧。这时正是午睡的时间，我在路上基本没有看到当地人。或许因为米莱西莫靠近热那亚和都灵，村中生活着大约3500人。

利古里亚大区

Liguria

米莱西莫

Millesimo



拥有远至古罗马时代的历史
在拿破仑侵略时
成为战场的村庄

传说在古罗马时代，远征西班牙凯旋的士兵们，因长途跋涉疲惫不堪，经过这里之后决定定居下来，由此诞生了这座村庄。由于米莱西莫是连接米兰和利古里亚地区的重要通道，所以在1796年拿破仑进攻意大利时，这里成为了战场。发生在米莱西莫的这场战斗被记载在了凯旋门和拿破仑的墓碑上。加耶塔桥是意大利为数不多的要塞化桥梁之一，据说这座桥最初始建于12世纪。





清晨，在洒满炫目阳光的小巷中，有许多当地人正在漫步。蔬果店门口摆着的蔬菜和水果看起来十分水嫩。我来到沙滩上时，刚好遇见一艘渔船归来，渔民们正在将刚捕的鱼卸下船。这些鱼马上就拿到道路旁的市场上销售，许多当地人开始购买。我一边眺望着建在高地上的蒙特乌尔西诺城堡，一边在巷子里散步。诺利圣彼得教堂的大门敞开着，我进去参观了一下。温暖的阳光使教堂大厅充满神秘感，几位老人正在祈祷。

利古里亚大区

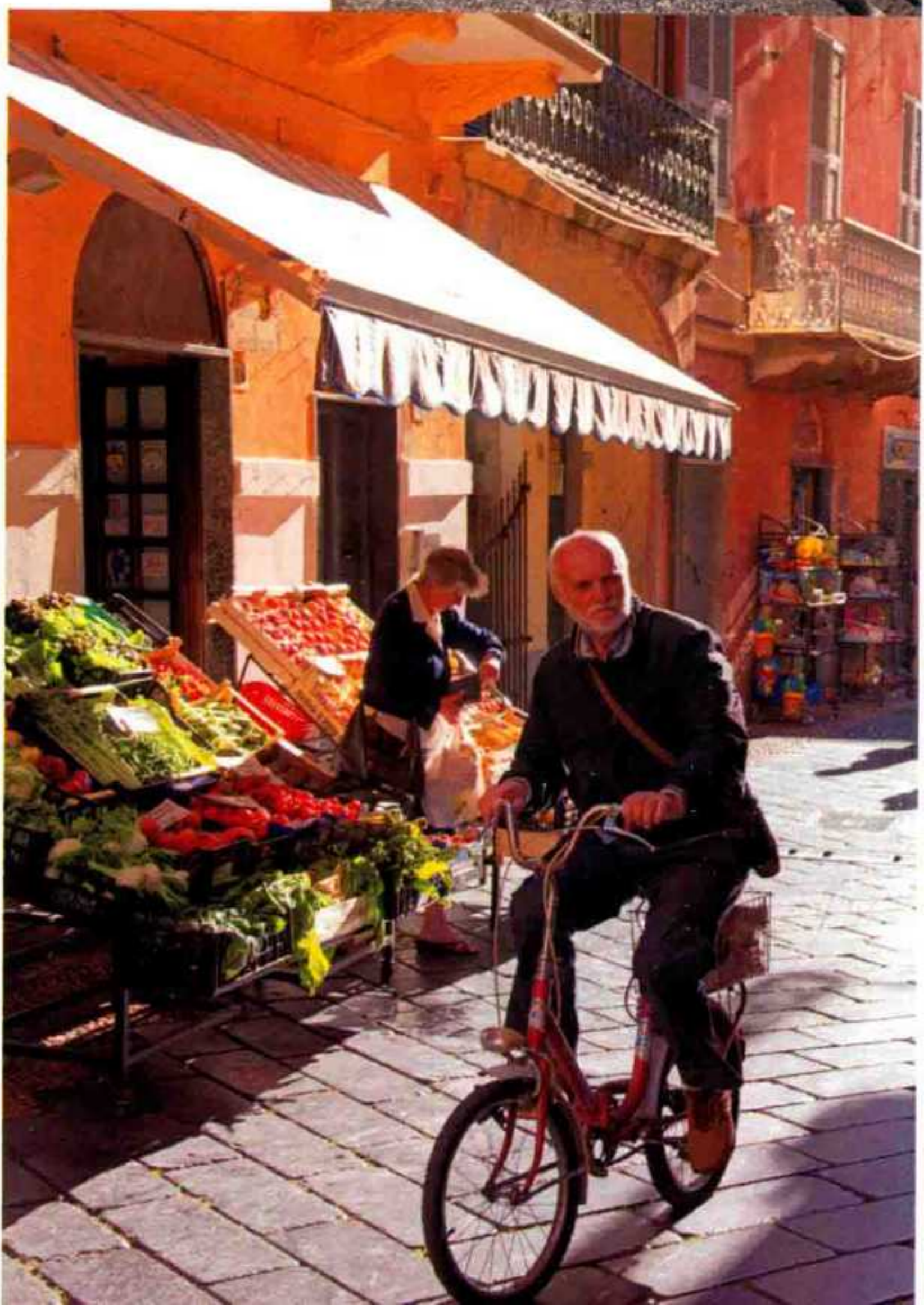
Liguria

诺利

Noli

气派的村务大楼和高塔 衬托着昔日 海洋共和国的繁荣景象

村庄的名字来源于希腊语“新的城镇”，有记录显示，这里在公元前是罗马的殖民地，并建有造船厂。1202年为了对抗萨沃纳的统治，因周边的村镇与热那亚共和国的合作关系，诺利在形式上成了一个海洋共和国。1797年，随着热那亚共和国覆灭，这里也结束了自治。12世纪至13世纪建造的气派的村务大楼和旁边的高塔静静地伫立着，像是在讲述过往的繁荣历史。



利古里亚大区

Liguria

特廖拉

Triora

昔日的魔女狩猎变为 今天可爱的魔女人偶 保留着哥特式钟楼的村庄

特廖拉在 1261 年，作为热亚那共和国的军事要冲而高速发展起来。在 1405 年，这里因反对重税举起反旗，但遭到了镇压。之后的数次战争为这座村庄刻下了丰富的历史，但也导致了周边村庄的败落。拿破仑军队的侵略、第二次世界大战后期德军的破坏，使特廖拉受到了严重的损害。不过天主教堂里有一座留存至今的哥特式后期钟楼，教堂内主祭坛上的两幅画等贵重的宝物也有幸保留至今。

村庄的建筑物密集地建在山坡上，看起来每家每户的采光都非常好。一条石板路通向村子中心的天主教堂，沿途有几家土产店，挂着许多和魔女相关的物品，据说是因为 17 世纪这里发生过魔女狩猎。走在路上，总有一种被魔女人偶监视的感觉。当我准备离开村子的时候，购物归来的老奶奶问我：“你从哪里来？”她温和的笑容给我留下深刻的印象。





利古里亚大区

Liguria

韦尔纳扎

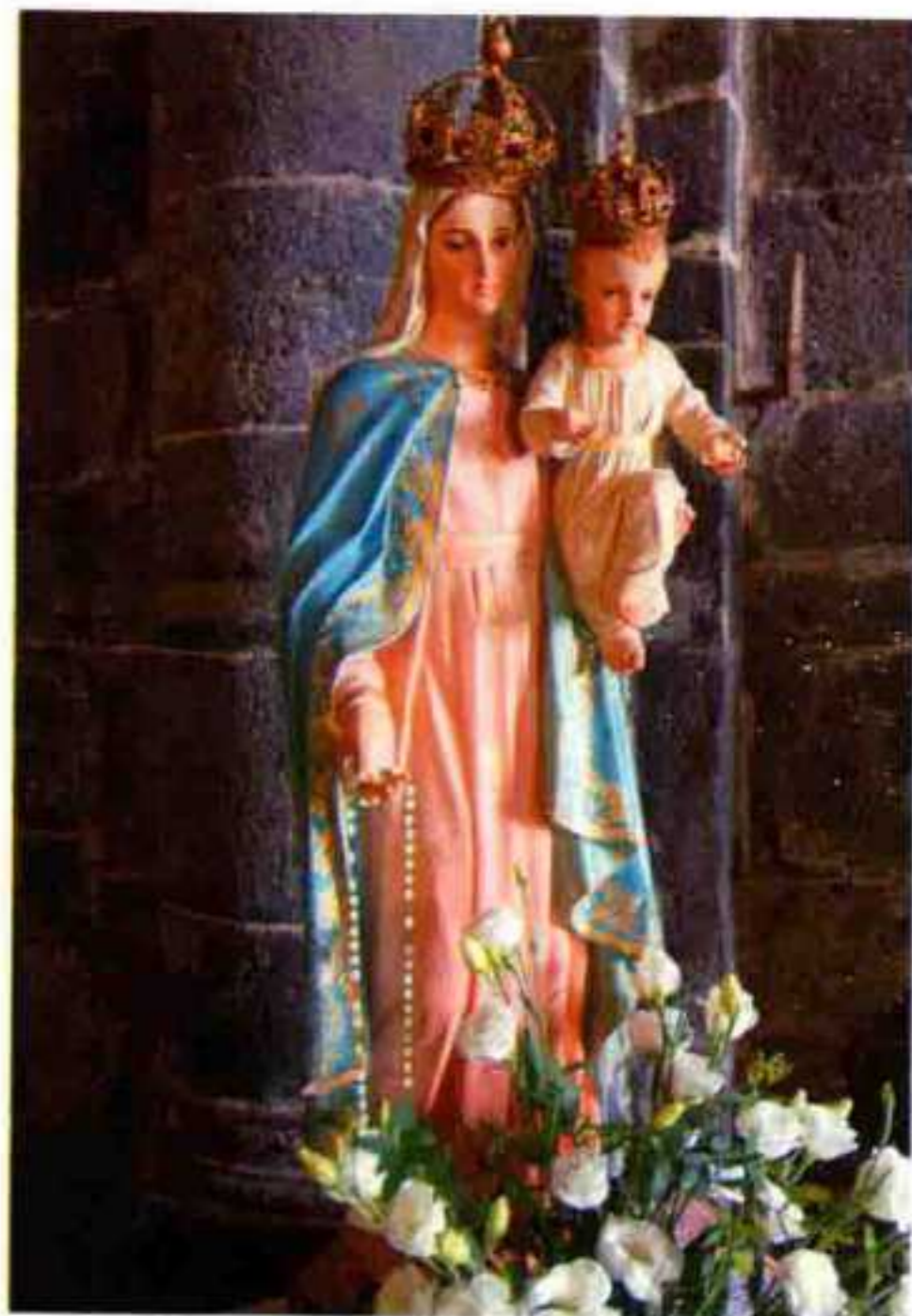
Vernazza

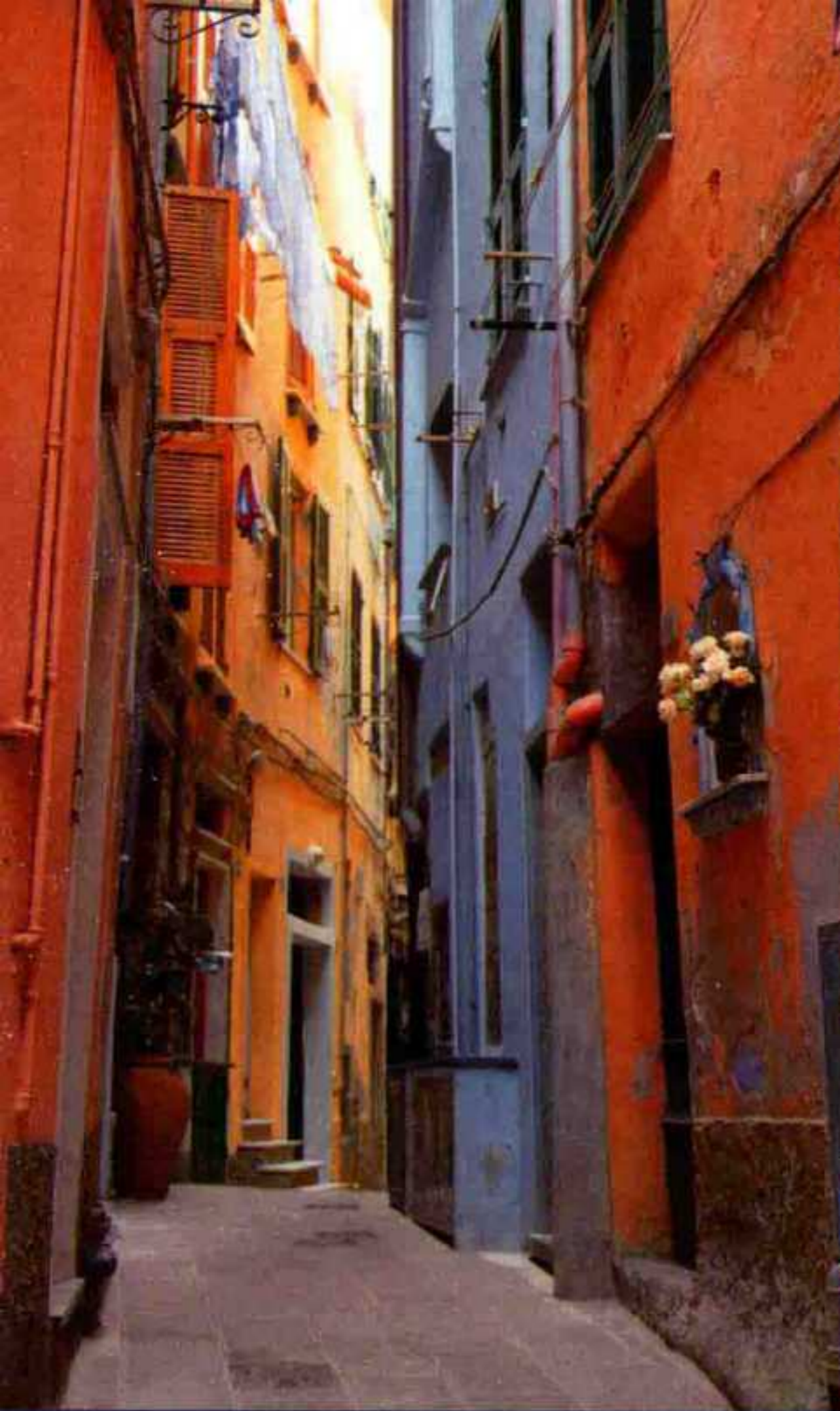


山路又细又陡，我不得不一边注意对面车辆，一边向山下行驶。在指定的停车场停好车后，带着行李徒步 15 分钟，便来到建筑物密集的沿海村庄。这里是著名的旅游景点，所以能看到许多从世界各地来的游客。海边的路和主干道上有许多土产店和餐厅，但一走进小巷，突然变得十分寂静，能让人感受到朴素的当地生活。原本被告知没有提前预约是不能订房的，但在询问第二家旅馆时，我奇迹般地拿下一个房间。从童贞玛加利大教堂背后通往葡萄田的小路向上走，就能来到可以将村庄和海湾尽收眼底的地方。已经有 20 位左右的游客固定好三脚架，等着拍摄傍晚和夜间的景色。

城堡周边色彩鲜艳的民居 被录入世界文化遗产的村庄

韦尔纳扎是世界文化遗产“五乡地”中的一座村庄。微微突出的海角上有一座 11 世纪建造的城堡，是这里的标志性建筑。许多民房紧贴着城堡而建，据说是为了让船员们能在海上就远远看到自己的家。民房外墙的色彩十分鲜艳。居民区后面高高的山坡因长时间的耕种，有着一层层的农田，用这里生长的葡萄酿造的维奈西卡白葡萄酒，深受全世界人们的喜爱。











利古里亚大区

Liguria

蒙泰马尔切罗

Montemarcello

位于白葡萄酒名产区
但丁曾居住过的村庄

村庄建在可以俯视海面的高地上，这里充满了田舍特有的寂静，甚至让人怀疑，这里是否有人居住。建筑物的外墙均为淡黄色或橙色，每条小巷都显得十分明快活泼。许多地方装饰着绘画、葡萄酒桶和酒壶，还有盆栽，看得出来，村民们十分热爱这里，并且生活得很愉快。圣伯多禄教堂在某条小巷的一角，我进去参观了一下。精致的雕刻、枝形吊灯和洁白墙壁前的祭坛相互衬托，深深打动了我的心。

蒙泰马尔切罗建在可以俯视拉斯佩齐亚港口海面的山丘上，从古罗马时代起就成了贵族的避暑地，现在依然保留着一些贵族宅邸的遗迹。1176年，本笃会的修士们在这里创设了科尔武修道院，因政治原因从佛罗伦萨出逃的但丁·阿利吉耶里在1306年曾在修道院居住过一段时间。根据当时资料的记载，但丁将手写的《神曲·地狱篇》亲手交给了一名修士。这座村庄周边出产的白葡萄酒非常出名。



Lombardia

伦巴第大区



伦巴第大区

Lombardia

别恩诺

Bienno

以人工运河的水力 制铁的繁荣村庄

别恩诺有着丰富的森林资源和水资源，以制铁闻名。1000 年建造完毕的人工运河瓦索雷运河的水力，推动了制铁、水车和石材工厂的运作。在加热炉博物馆和收藏 17 世纪水车的水车博物馆里，可以了解到运河的历史。康特里兹路可以追溯到 15 世纪，是过去村庄的中心，这里还通往村中的七座塔。

这是位于山麓的一座大村庄。主干道是一条缓坡，旁边有一排 3-4 层的建筑物紧紧相连。走进咖啡屋，玻璃柜里摆放着馅饼、派、蛋糕、巧克力等甜品，店员请我试吃了栗子馅饼。在狭窄的小巷里，可以看到有的人家外面挂着以前的农具，还有的人家台阶上放着许多盆花。附近有汲水处和水车，存在段落差的水管里传来了不小的水声。向山上走着走着，视野突然变得开阔起来，朴素的村庄和周围新市镇的反差，看起来十分有趣。







伦巴第大区

Lombardia

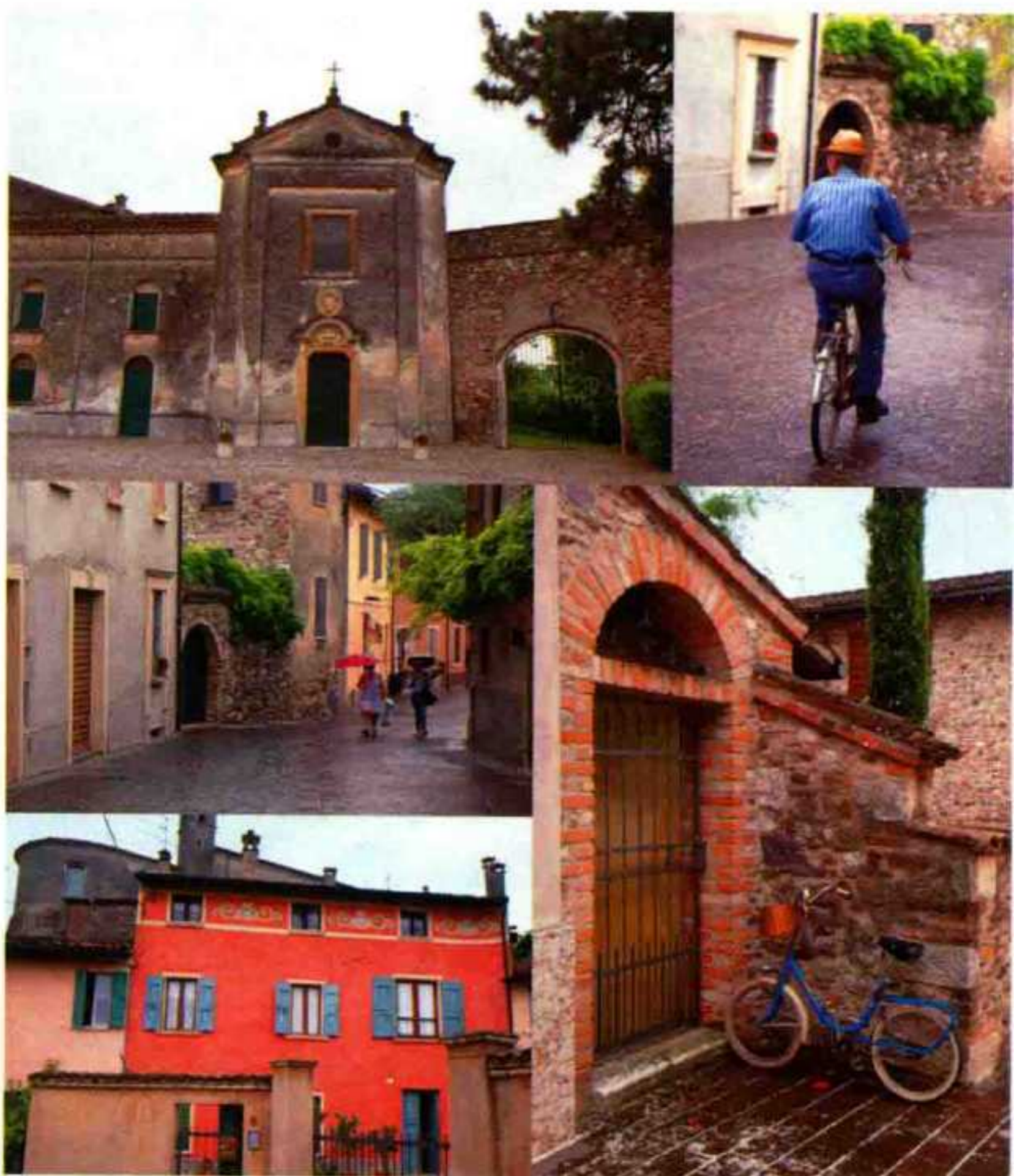
卡斯泰拉罗 拉古赛罗

Castellaro Lagusello

拥有石板路和石砌房屋
以及城堡等美丽风景的村庄

这座村庄因 11 世纪建造的城堡而诞生，有着美丽的城墙、用河里的石子铺就的石板路，以及石砌的司祭馆。北侧的村庄入口有一扇城门，到 17 世纪为止都用吊桥通行。外观呈现 18 世纪风格的阿里吉城堡（参观需要预约），是很久以前就存在的封建领主宅邸，并与 1737 年建成的圣朱塞佩教堂合而为一。另外，村庄南侧可以眺望到城堡美景的地点，也值得去看看。

从玉米田沿着小道向前走，便能看到大约 300 人居住的小村庄。穿过高塔，我走进了村庄内部。塔的表面有许多小洞，似乎成了鸽子的巢，能听到鸟鸣声。许多民居的大门美观大方，让人感受到了村庄的富裕。这时突然下起了雨，历史悠久的石造村庄在雨中显得更有味道。我想从湖对岸眺望村子的全景，于是向路过的老爷爷询问怎么过去。他指着农田，仔细地为我指路。只可惜不管我怎么努力，都没能找到那条田间小路。





这座村庄在 2011 年被记录到最美村庄名录中，大约有 400 人居住。用大大的圆形石块铺成的道路十分颠簸，汽车或电动三轮车开过时，能听到咔哒咔哒的声音。不知是不是没有游客来玩，我在村里并没有看到餐厅和土特产商店。村子的中心有一间酒吧，从前面走过时，可以听到热闹的杂谈声。圣福斯蒂诺乔维塔教堂刚好在装修，外墙涂上了黄色的漆。可以看到这座久经历史洗礼的教堂原来的模样，让我觉得这一趟来得真是太值得了。

伦巴第大区

Lombardia

卡斯特蓬佐

Castelponzone



拥有可以追溯到 4 世纪的历史和丰富农产品的村庄

卡斯特蓬佐位于曼托瓦、克雷莫纳、帕尔马连成的三角形的中心位置，是这个农业发达、历史悠久的地区的典型代表。卡斯特蓬佐是斯坎多拉拉拉瓦拉村里的一个村落，现在依然能看到打麦场和干草场，还有盖着畜棚的农家。另外，斯坎多拉拉拉瓦拉村以前的中心部位的起源可以追溯到 4 世纪，有座保留至今的教堂，据说是 12 世纪建造的。



伦巴第大区

Lombardia

科尔内洛德塔索

Cornello dei Tasso

大贵族塔索家的诸多贡献
依然保留在这里

在贝尔加莫阿尔卑斯市中，有一座古代景观保存完好的村庄，位于布雷博河岸的岩山上。这座村庄虽小，却保留了“塔索家族与邮政史博物馆”等大贵族塔索家的相关资料。在博物馆里，不仅能看到15世纪塔索家开始创建邮政事业的历史，还能了解两位塔索家出身的作家贝尔纳多和托夸多的生平。村庄的高处有一座罗曼式教堂和高塔。



一开始我并没有找到科尔内洛德塔索，问了刚好在附近的路人，才知道原来汽车是开不上去的。从停车场出来，沿狭窄的山路走着，才看见由一些石砌建筑物构成的朴素村落。我循着鸡鸣声，穿过大门走进村里，正在看报纸的老奶奶对我微微一笑。圣西彼廉高尔内略教堂的历史十分悠久，据说其诞生可以追溯到12世纪，教堂内的壁画似乎是15至16世纪才画上的。利用山体斜面开拓的农田栽种着土豆和苹果，周围还有防止动物进入的铁丝网。







伦巴第大区

Lombardia

福尔图纳戈

Fortunago



如同绿洲一般
被果树林包围的北部村庄

沿着丘陵地带的苹果林和葡萄林中的美丽小路到达福尔图纳戈时，一座小小的老教堂仿佛迎接旅客似的出现在我眼前。这座村庄距离米兰 70 公里，是一片可以让人忘却日常生活的压力的绿洲。有人说“福尔图纳戈”起源于幸运女神 (Dea Fortuna)。这里深受 5 世纪至 8 世纪统治奥尔特莱伯·帕韦斯村周边地区的伦巴第族的影响，意式腊香肠等猪肉加工品制造业十分发达。



道路中央孤零零地伫立着一座圣安东尼奥祈祷堂，看到它，我才知道自己到达了村庄。门开着，我向里面瞧了瞧，发现那里正在重新装修祭坛。一丝不苟地工作着的男人们都没有发现我这个来访者。沿着平缓的石板路走进村里，突然传来了热闹的人声。我循声而去，发现高处那座铺满绿草坪的美丽广场上正在举行结婚仪式。一对新人在大约生活着 400 人的小村庄中迈上新的人生旅途，这让村民们十分开心，大家热烈庆祝这两位年轻人的幸福时刻。



伦巴第大区

Lombardia

格拉切

Curtatone Borgo di Grazie



船夫们信仰的教堂 吸引了朝圣者前来

格拉切是库拉特涅村的村落之一，村中有一座格拉切圣母玛利亚教堂。这座祈祷堂起源于公元1000年左右，当时人们将圣母圣子的画像挂在柱子上，之后因为许多船夫前来这里祈祷，故而吸引了不少朝圣者前来，并建造了教堂。1339年，弗朗切斯科·贡扎加为了感谢鼠疫的结束，在原地建造了大圣堂，在1406年，这里被用作“祝圣礼”。现在的教堂是在进入20世纪后重建的。



村庄入口有一家带露台的餐厅，再向前走有座大广场，周围有着一些色彩柔和的可爱民居。桌上的花纹、外墙上装饰的绘画等小小点缀，让人感觉村民们的生活非常有情调。格拉切圣母玛利亚教堂里的圣人像和天使像数量惊人，不过最让我吃惊的是，中殿的天花板上有个被锁链吊着的鳄鱼化石，鳄鱼以前被当作邪恶的动物。据说这么做是为了阻止信徒心中的恶念。

伦巴第大区

Lombardia

格拉代拉

Gradella

潘迪诺村的一部分 位于波河沿岸的美丽村庄

格拉代拉最初是 18 世纪至 19 世纪日耳曼系伦巴第族的居住地，潘迪诺村的一部分，位于波河德尔特地区。通往村中的林荫道非常美，仿佛童话里的风景。教堂建于 1895 年，供奉着三位一体的神巴夏诺。潘迪诺村中保留着维斯孔蒂家的城堡，由贝尔纳波·维斯孔蒂于 14 世纪兴建。



沿着从葡萄田延伸出去的道路一直走下去，眼前出现种着白杨树的林荫道，前方便是村庄。所有建筑物的外墙几乎都是橙色或黄色，即使在雨天也十分醒目。教堂的尖塔是一座钟楼，村中其他地方的时钟多数是坏的，但这座钟楼的时间十分准确。一直沿着大路向前走，不一会儿就来到了村外的广阔葡萄田。这是座用十分钟就能逛一圈的小村庄。下午四点半时，不知从哪里传来一阵长长的钟声，恍若一段优美的旋律。



伦巴第大区


Lombardia

格罗莫

Gromo

赛利奥河沿岸， 制铁业繁荣的岩石村庄

格罗莫从很久以前就以钢铁的生产地闻名，以吉纳米家族为首的制铁业给这里带来了巨大的财富。在村中的但丁广场上，可以看见 13 世纪建成的吉纳米家城堡和 1443 年的米勒斯家公馆（现为村务办公楼）。广场上还有圣格雷戈里奥教堂，17 世纪的祭坛画展现了村庄以前的样子。另外，从斯皮亚齐山（海拔 1200 米）上眺望的景色也十分优美。



山麓地带虽然是晴天，但位于山中的村庄却笼罩在浓雾里。待到浓雾散去，村子缓缓展现出整体的面貌，就像描写中世纪的电影的开场画面。走上坡度很大的石板路，可以看到一座小广场。由于地面起伏，圣格雷戈里奥教堂看起来仿佛倾斜着。食品店的橱窗里密密麻麻地摆放着葡萄酒、奶酪、火腿等。雨势变大之时，我到酒吧点了一杯意式浓咖啡打发时间，雨势变小之后再出去散步，就这样重复着，把村庄逛了一遍。



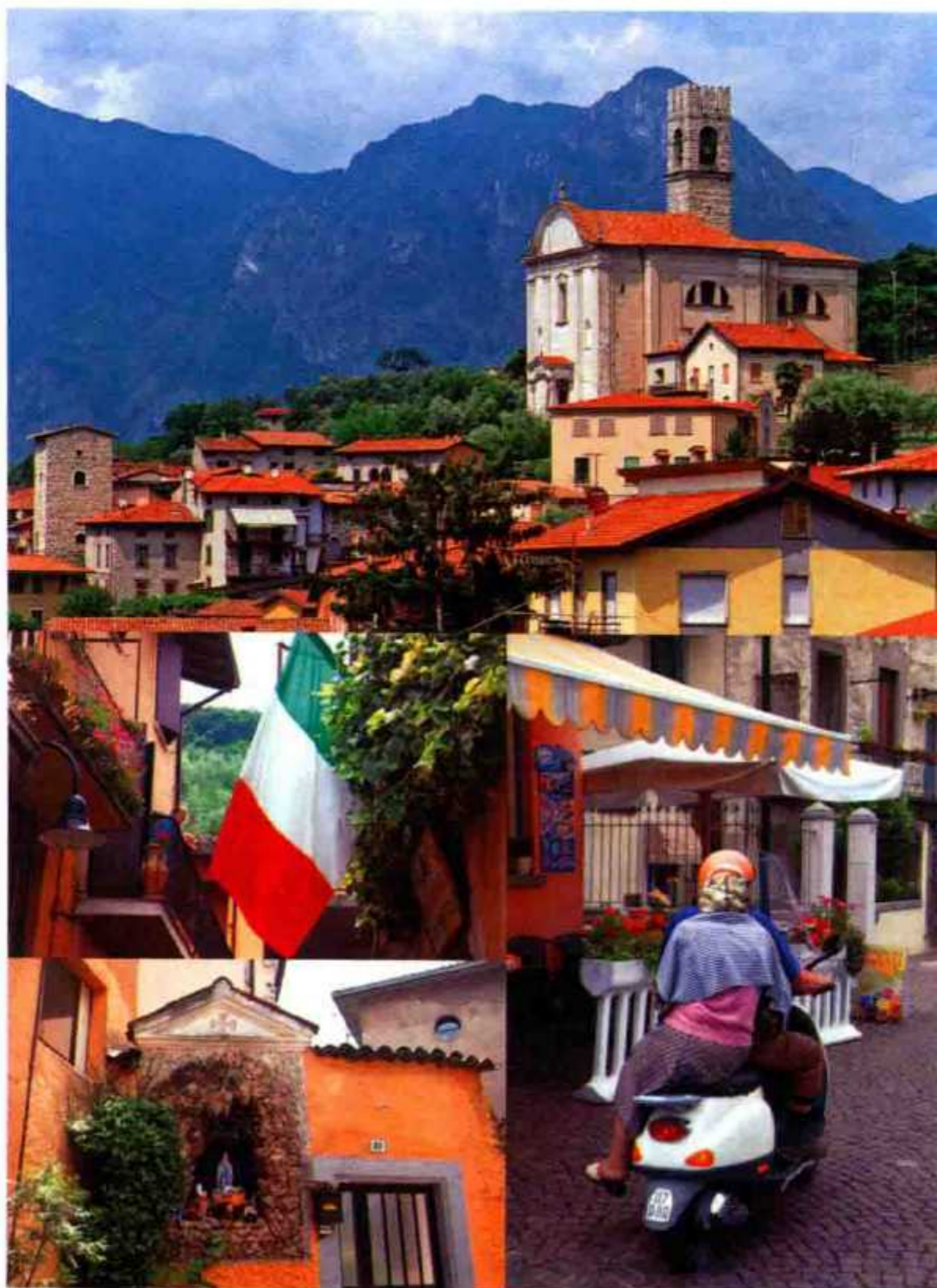
蒙泰伊索拉

Monte Isola

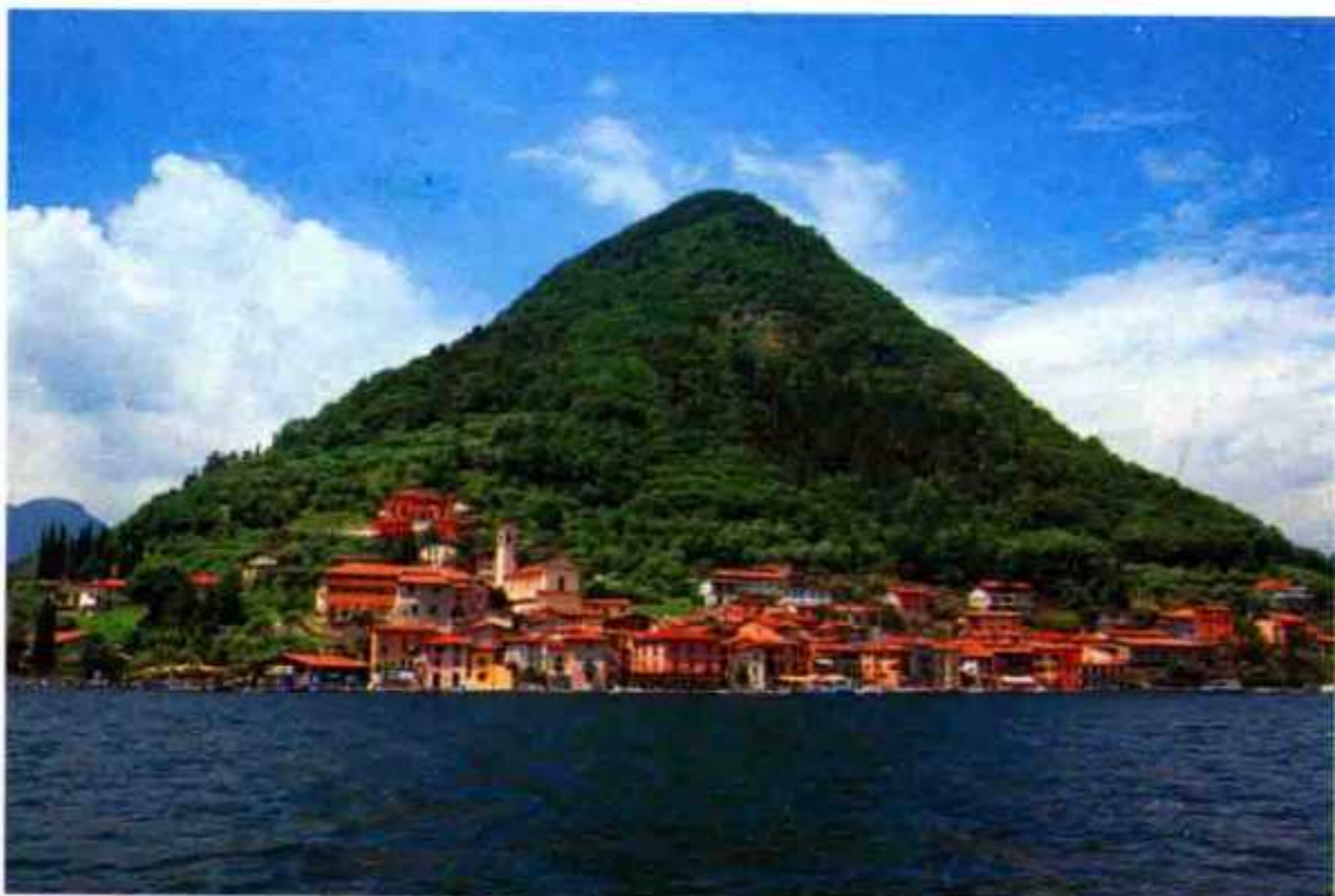
位于湖中小岛

保留了各个时期建筑物的村庄

在意大利语中，“Monte”是“山”的意思，“Isola”则是“岛”。正如这两个词组成的名称所示，蒙泰伊索拉是座在伊塞奥湖中的小岛上的村庄。在村子的停船处下船后，眼前出现了许多18世纪建造的古民居。海拔400米处的马赛地区保留着经过修复的15世纪风格教堂。另外，从前只有渔民居住的玛拉里奥养鱼场中，有些民居不仅室内可以住人，室外也可以居住，让人觉得十分神奇。



把车停在对岸的停车场，乘船十分钟便可来到岛上。据说绕行小岛一周是9公里，于是我在停船处附近的村中借了一辆自行车。一开始的道路比较平坦，但逐渐开始出现坡度。在我快没力气的时候，到达了第二座村子，再向前走还有第三座村子。因为路上没有汽车，所以可以走到石板路的中间，悠闲地在村里散步。餐厅中有许多当地人热闹地闲谈着。花了两个小时绕岛一周后，我回到了停船处。每15~20分钟会开一班船，岛上的居民可以随时坐船出去买东西。看来在这边境之地居住，似乎也没有什么不便之处。





伦巴第大区

Lombardia

洛韦雷

Lovere

保留了历史悠久的建筑物 和艺术品的村庄

穿过在深深的山谷里挖出的隧道，来到伊塞奥湖边，就能看到洛韦雷。这里是交通要冲，因此村子从很久以前就非常繁荣。从湖边到山坡上有几处历史悠久的建筑物，例如 16 世纪的马里诺尼公馆和米勒斯公馆等。新古典主义风格的塔蒂尼公馆中设有充满历史感的画廊。里面不仅展示了雅科波·贝利尼的画作，还有许多瓷器收藏品。面朝伊塞奥湖的波尔图广场，景色也十分优美。



我一边看着随水波漂摇的天鹅，一边沿着湖边道路走着，来到了热闹的广场。旁边有一排五层楼高的建筑物，一楼是餐厅和酒吧。村中有一个问讯处，我在那里要了一张地图。沿着从广场延伸出去的道路开始散步，首先出现在眼前的是圣杰罗萨卡皮塔尼奥教堂，它有着锐利的尖塔。我推开大门进去参观，被祭坛和侧廊墙壁上密集的宗教绘画震撼，一时说不出话来。村中还有三座大教堂，我有幸逐一进去参观。



伦巴第大区

Lombardia

莫里蒙多

Morimondo



源自西多会修行僧
能让人怀想古代生活
的修道院

1134年，12位从法国勃艮第地区“莫里蒙多村”出来游历的西多会修行僧到达此处，即是这座村庄的起源。莫里蒙多意为“世界将死”，表示对走进大修道院之门的人来说，俗世就此消失。大修道院的教堂因受战争的影响，从1182年开始，经过了一个多世纪才全部建造完毕。另外，在15世纪时附属于修道院的卡希纳·佛罗伦萨庄园里，至今依然保留着当时的水车和炉灶，让人不禁怀想起古人的生活。

美丽的绿色草坪前方有一座莫里蒙多圣玛利亚修道院，我一踏进内部，就被两排看起来十分沉重的砖块支柱震撼了。简易的祭坛反映了修行僧们朴素的生活，阳光穿过教堂最里面的圆形窗户，照亮了祭坛。我一边抬头仰望六棵高大的梧桐树，一边走进村里。村中的石板路很新。地面铺着石子的开阔广场边，有一家莫里蒙多切奥斯托酒店。



伦巴第大区

Lombardia

萨比奥内塔

Sabbioneta

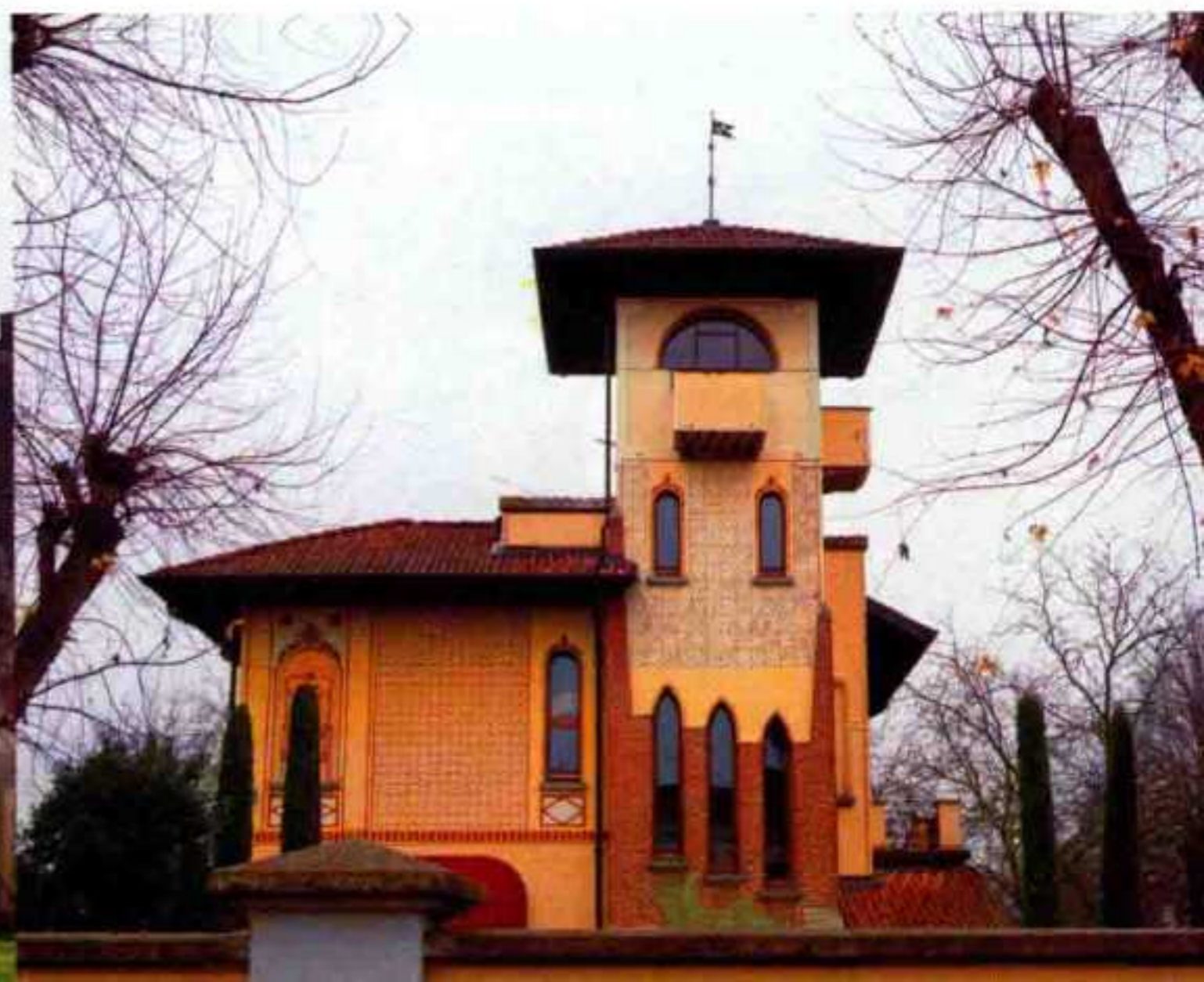
波河平原的小雅典 成为世界文化遗产的村庄

在注重保护传统文化的韦斯巴西昂·冈萨加·科隆纳先生主导下，以古罗马城镇为模型，建造了萨比奥内塔。村庄整体呈星形，中心有座长方形的公爵广场。这座广场充分体现了严谨而精确的设计风格，北侧是圣母升天教堂，两边有公爵宫等建筑。2008年，这座村庄和曼图亚一起被收录到了联合国教科文组织的世界文化遗产名录中。





虽然萨比奥内塔是世界文化遗产，但我几乎没遇到什么游客，停车场也很容易找到车位。我看到村庄入口的手绘地图，发现村庄的构造呈星形。这座可以称为城镇的大村庄有几处教堂和大公馆，向人们诉说着过去的繁荣。广场旁有问讯处，我在里面用 12 欧元购买了主要景点的通票。我按顺序游览了大回廊、奥林匹克古剧院、公爵宫和犹太会堂。每一处建筑都充满了中世纪艺术的优雅风格，最令人震撼的是神殿上放置着几座雕像的奥林匹克古剧院。







伦巴第大区

Lombardia

松奇诺

Soncino

起源于城塞 印刷业繁荣的村庄

这座村庄源于古罗马的军事要塞，之后在加莱亚佐·马利亚·斯福尔扎的命令下，巴尔托洛梅奥·加迪欧从1473年开始，仅用三年便建造了斯福尔扎城堡。这是座半月堡（V形棱堡），作为海关和守备之用，四个角落设有高塔。本村的印刷业非常繁荣，1488年印刷的柏林版《圣经》尤为珍贵。我还参观了曾成为犹太人印刷业据点的印刷博物馆。

这是一座被城墙包围的大村庄，主干道上能看到许多人。我先来到12世纪建成的，以克雷莫纳教区第一座教堂闻名的圣母升天教堂。蓝色的拱形天花板就像湛蓝的天空，因采光用的窗户而明亮得十分刺眼。村子外面还有一座十分庄重的斯福尔扎城堡，我付了4欧元进去参观。里面的牢房和拷问室看起来真实得令人害怕，我迅速参观完就离开了。





村中只有几处民居，或许这是“最美村庄”名录中最小的一个村子。进入村庄，首先映入眼帘的宫殿般气派的公馆（上流阶级的乡村别墅）。我在公馆的铁门前止步欣赏时，一只看门狗突然冲上来对着我低吼，吓得我赶紧逃开。旁边有一座外墙颜色和公馆相同的圣克利斯皮诺教堂。道路另一侧有一座大型农家，院子里放养着鸭子、鸡和矮脚鸡，悠闲地走来走去。在离村庄很近的地方，还有一座废弃的火车站。



伦巴第大区

Lombardia

博拉纳

Porana



拥有新哥特式教堂和意大利风格庭园的村庄

博拉纳距离波河只有几公里，有着安静祥和的田园风景。村中有座出名的圣克利斯皮诺教堂，尖塔和拱顶都充满了伦巴第地区的新哥特式建筑风格。教堂后面有一座梅洛尼公馆，这座拥有意大利风格庭园的别墅，采用了18世纪的建筑样式，意大利国王翁贝托一世曾在1883年8月来到这里。

伦巴第大区

Lombardia

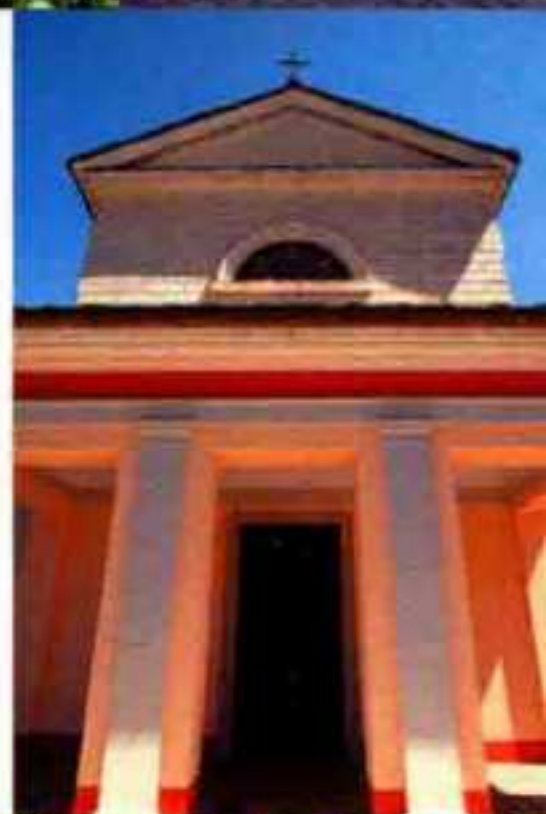
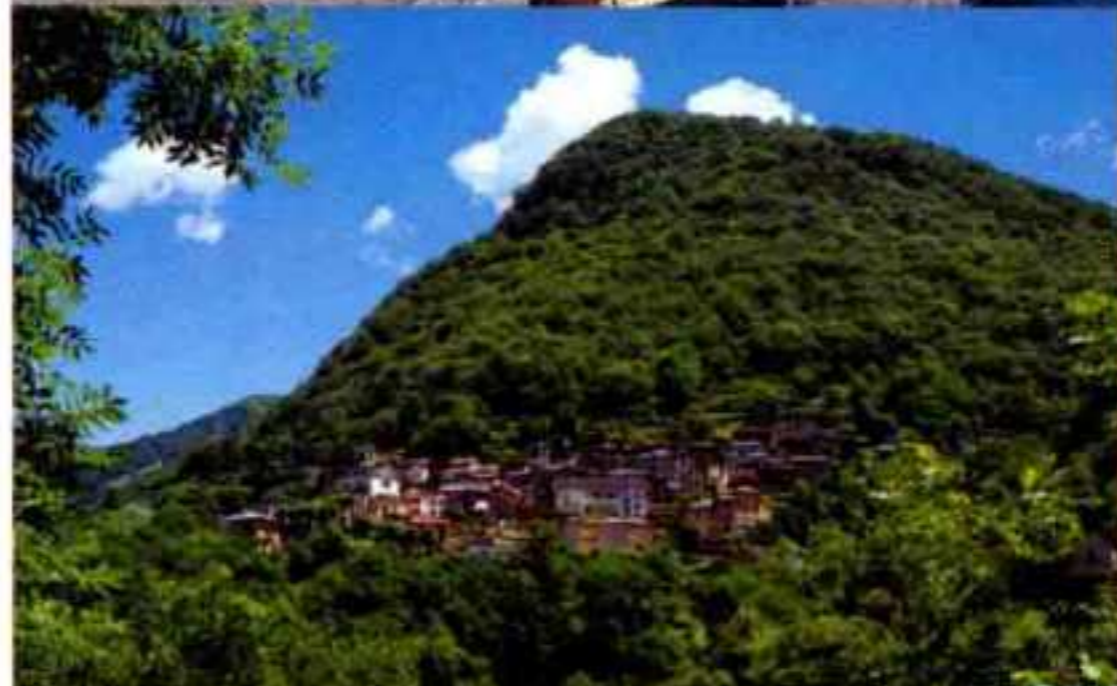
库里利亚孔 蒙泰维iasco

Curiglia con Monteviasco

有着石头堆砌的房子和 美丽壁画的村庄

从前想要进入这座村子，得攀登搬运物资用的 1442 级台阶。不过近年来，可以搭乘从卢伊诺村出发的缆车进来，这也是进入村庄唯一的简便方法。这座村庄位于马焦雷湖上游，看起来仿佛嵌在韦达斯卡峡谷里一般。村中的建筑物很有特色，以石块砌成的民居中有木制阳台和用削成薄片的岩石搭建的屋顶。村庄的入口处有一座建于 16 世纪的特隆凯托教堂，大理石制的祭坛和圣母玛利亚壁画非常高雅。

我一边想着这种深山里是否真的有人居住，一边攀登着险峻的山路，没想到村庄突然出现在我面前。据说这里约有 200 人居住，但我所见之处都十分寂静。我沿着建筑物之间长长的石板路走着，途中停下了几次，拍了一些用平整的石块搭起来的建筑物的照片。在拍照的时候，有只猫走了过来，用脸蹭了蹭我的腿。村中最高位置有一座小礼拜堂，旁边的小路继续延伸到山的深处。村子入口处有座圣维托雷教堂，估计是近几年修复过，看起来非常有现代感。





伦巴第大区

Lombardia

特雷梅佐

Tremezzo

吸引著名作家的美景 位于科莫湖的村庄

著名作家司汤达的意大利游记中，曾描述过特雷梅佐的美景。现在，这里 18 世纪建造的卡洛塔公馆成了美术馆，它和湖畔的几座宅邸都很有欣赏的价值。另外，山丘上的洛加洛地区，有建于 17 世纪的民居，旁边还有巴洛克式的广场。这里也有一座圣母隐修院，据说是因马丁·路德的宗教改革，从瑞士逃到这里的天主教徒兴建的。



科莫湖上浮着几艘游艇，湖畔有几家旅馆和餐厅。这座村庄给人的感觉，就像是南国的度假胜地。这里有几座大型宅邸，卡洛塔公馆不能免费参观，我付 8.5 欧元买票后，进去逛了一圈。公馆内部不能拍照，但庭院中可以自由摄影。村中还有几座教堂，我只参观了兼具哥特式和罗曼式的圣洛伦佐教堂。雨一停，雾气便散开了，对岸险峻的山体仿佛近在眼前。我探访了散布在湖畔的几座村庄，在这一带度过了一天的时间。





伦巴第大区

Lombardia

特雷莫西内

Tremosine sul Garda



有着美丽风景
被称作加尔达湖乐园的村庄

特雷西莫内位于海拔 423 米的山麓，在哥茨利欧广场上可以眺望加尔达湖和巴尔多山的全景，非常赏心悦目。广场附近还有一座建于 18 世纪的教堂，外面有雅致的钟楼。教堂内部保留着圭尔奇诺绘制的祭坛画。湖畔有几条为了运输物资而开拓的道路，在这里，徒步旅行和骑山地自行车都是不错的游玩方式。

沿着从加尔达湖畔延伸到山上的坡道攀登，就能进入村子。我先去问讯处，向工作人员要了份地图。粗略数了一下，这个地区有 18 座村落。我选择沃尔迪诺村、维吉欧村等几个村落，一个一个巡游过去。每座村落都以教堂为中心，周围的民居大多紧挨着教堂。许多民居的门和窗棂上装饰着花朵，或是在院子里搭着葡萄架。高地上的比耶韦村视野特别好，从小广场的展望台可以将整个加尔达湖的景色尽收眼底。被葡萄田包围的赛尔梅利欧村的景色令我沉醉。





伦巴第大区

Lombardia

圣贝内德托波

San Benedetto Po



源于波河上的本笃会修道院 保留了珍贵教堂的村庄

圣贝内德托波起源于1007年特道尔多·迪·卡诺莎创立的本笃会修道院。修道院建于波河及其支流利洛内河之间漂浮的小岛上，但在1797年被拿破仑关闭。大修道院圣堂则是在1540至1545年间由朱利奥·罗马诺主持修建，教堂内部摆放的32座圣人雕像出自安东尼奥·毕加黎利之手。这座村庄的民俗文化博物馆是意大利国内为数不多的，具有一定规模的民俗学博物馆。



这座可以称为城镇的大村庄据说住着约7500人。村庄中心有一座可以让数千人聚会的巨大广场。当地的人们在广场上骑自行车，孩子们则尽情地奔跑，这种温暖的日常景象让人百看不厌。过了一会儿，广场上聚集了许多老爷车，估计是爱好者们在集会。当地人也停下脚步，凑过来欣赏稀有的车子，有的人还和驾驶员愉快地聊天。等车子离开，村中重归宁静时，我参观了圣贝内德托波利洛内修道院，等身大的圣人雕像、壮观的回廊，令人流连忘返。







伦巴第大区

Lombardia

卡西内塔迪 卢加尼亚诺

Cassinetta di Lugagnano

这里有兼备意大利风格和
英国风格的庭院

这座村庄的历史可以追溯到古罗马时代，当时人们开始在运河的右岸居住。维斯孔蒂家、卡斯蒂格利奥尼家等米兰贵族，被风光明媚的自然景色吸引，在这里建造了宅邸，这些宅邸至今依然保留着美丽的外观。维斯孔蒂家的别墅历史悠久，这片土地在1392年就归这个家族所有。1850年，朱塞佩·巴尔扎雷特在这里建造了庭院，是一座兼具意大利风格和英国风格的庭院。当年的咖啡屋也保留至今，非常精致。



这是一座非常朴素的村庄，令人不敢相信它离大都市米兰不远。这里有一条水量丰富的运河，我在地图上查找了一下，发现它一直通到米兰。中老年游客乘坐的观光船，正在慢慢驶离码头。并立的宅邸被高耸的墙壁包围，有种拒人于千里之外的感觉。运河岸边的散步道上，有些骑自行车或遛狗的当地人。桥附近的建筑物里有座问讯处，女性工作人员对突然来访的日本人感到十分惊讶，饶有兴致地询问我来这座小村庄游玩的原因。



伦巴第大区

Lombardia

扎瓦塔雷洛

Zavattarello



古时以制鞋工坊命名
之后成为要塞的村庄

村名来源于意为“制作鞋子的地方”的拉丁语。实际上，这座村子以前就有许多制鞋工坊。村庄的城墙和高塔，过去对达尔·威尔梅家（意大利北部的封建贵族）来说是重要的防御设施；而现在，城堡内部有一座以现代美术为主题的美术馆。提塔尼卡城堡有些地方的墙壁厚度超过四米，里面有40个房间。另外，城堡附近的广场上有一座建于14世纪的圣罗科礼拜堂，教堂内的木制祭坛十分精美。

我先走进村子入口处的一家餐厅，吃了一顿午饭。点单时我说要店里推荐的菜品，于是前菜上了生火腿和意式香肠，主菜是菠菜味的马铃薯团子。我从餐厅出来时正巧碰上雨停，阳光从云层的缝隙中倾泻而下，繁花绿草在阳光下显得水嫩欲滴。我沿着山道艰难地攀登到了位于山顶上的扎瓦塔雷洛城堡，但遗憾的是这天没有开门，没办法参观城堡内部。不过，从山顶俯瞰村子的全景也让我十分满足。



伦巴第大区

Lombardia

朋波内斯科

Pomponesco

起源于古罗马时代
作为交通要冲的村庄

追溯到 2 世纪，古罗马贵族庞贝家族曾在这里居住过。在 16 世纪末期曾发现这个家族的石棺，上面有墓石和碑文。在 16 世纪修建城堡的同时，朱利奥·切萨雷·冈萨加再次建设了这座村庄。现在，这里东西南北的道路有条不紊地交错着。城堡虽然只剩下了一部分，但广场上还有村办公楼、圣费里奇塔主教教堂等 16 至 17 世纪的建筑物。



石子铺成的广场十分宽阔，使随处停放的汽车显得很很小。开始西沉的夕阳将拱廊的内部照得非常亮。我走进庄严的圣费里奇塔主教教堂参观，由于教堂内部比较阴暗，我的目光自然而然地被深处的天窗吸引。祭坛前装饰着美丽的花束。广场前有被草覆盖的堤坝，再向前是农田，我想河流应该是从农田前面经过的。



Trentino Alto
Adige

特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区



特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

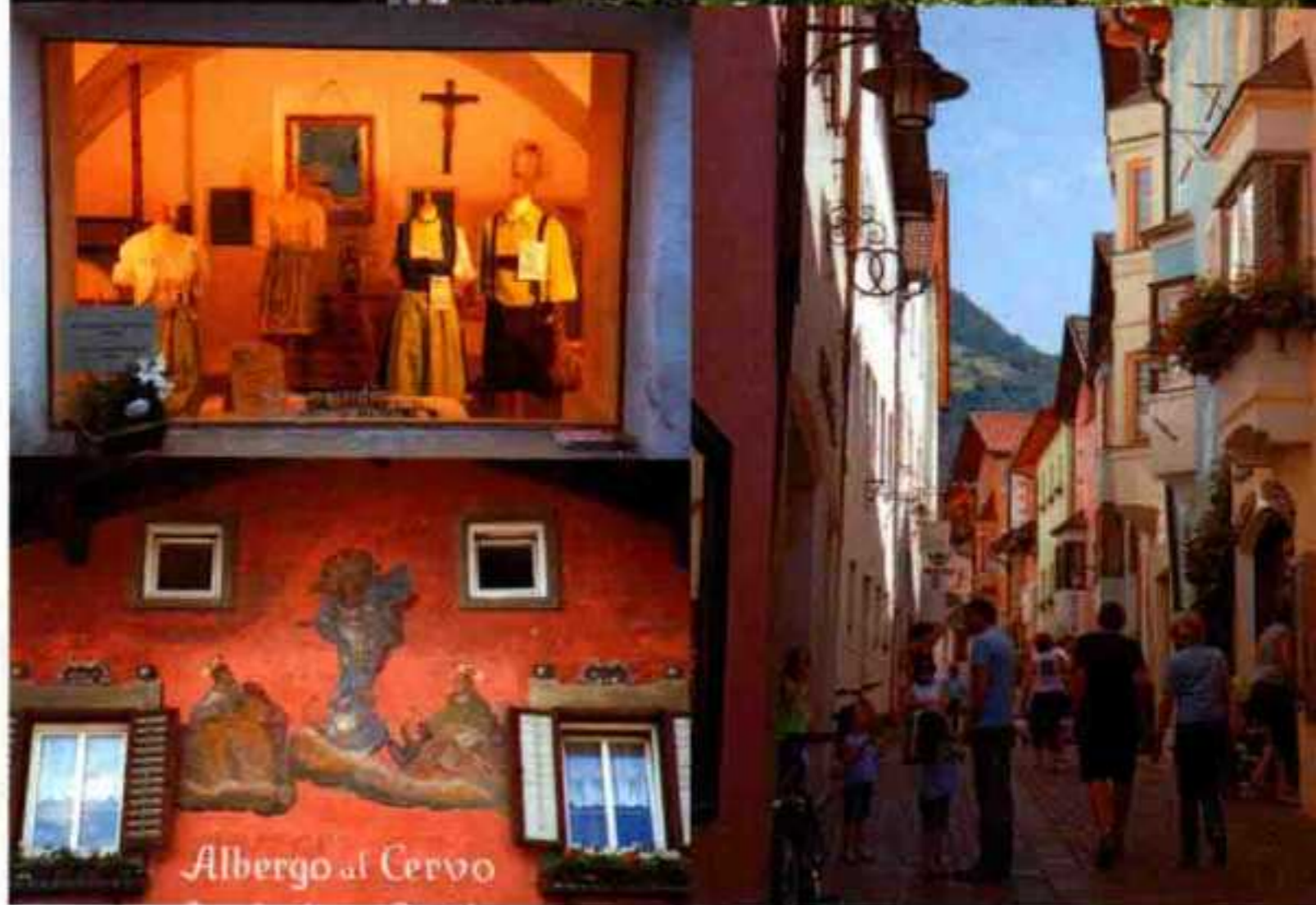
Trentino Alto Adige

基乌萨

Chiusa

被称作“艺术家之城”
有着帝罗尔风格
的可爱村庄

过去，多洛米蒂大道连接着意大利和德国的商业往来，在这条大道附近的峡谷中有一座帝罗尔风格的村庄——基乌萨。村中建筑物的特点是在正面和显眼的位置有许多射击孔。用铁打出的商店招牌非常可爱，十分引人注目。19世纪有许多画家和诗人之类的艺术家造访这里，因此基乌萨也被称作“艺术家之城”。这座村庄背靠着陡峭的山，建于山顶的萨比欧那修道院，至今依然保持着威严庄重的样子。



陡峭的山崖上有一座修道院，景色堪称一绝。我来到村里，先去旅馆订了个房间（一晚上 35 欧元）。主干道上土特产店、服装店、珠宝店、超市等店铺林立，店里有许多当地人和游客。经常被印在明信片上的圣丹德雷亚教堂就在桥的前面。第二天，我沿着陡坡登上山顶，到萨比欧那修道院参观。圣母玛利亚礼拜堂的天花板绘画颜色非常鲜艳，里面小礼拜堂的墙壁和天花板上的壁画实在太过精美，我感动得差点流泪。











特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

格洛伦扎

Glorenza

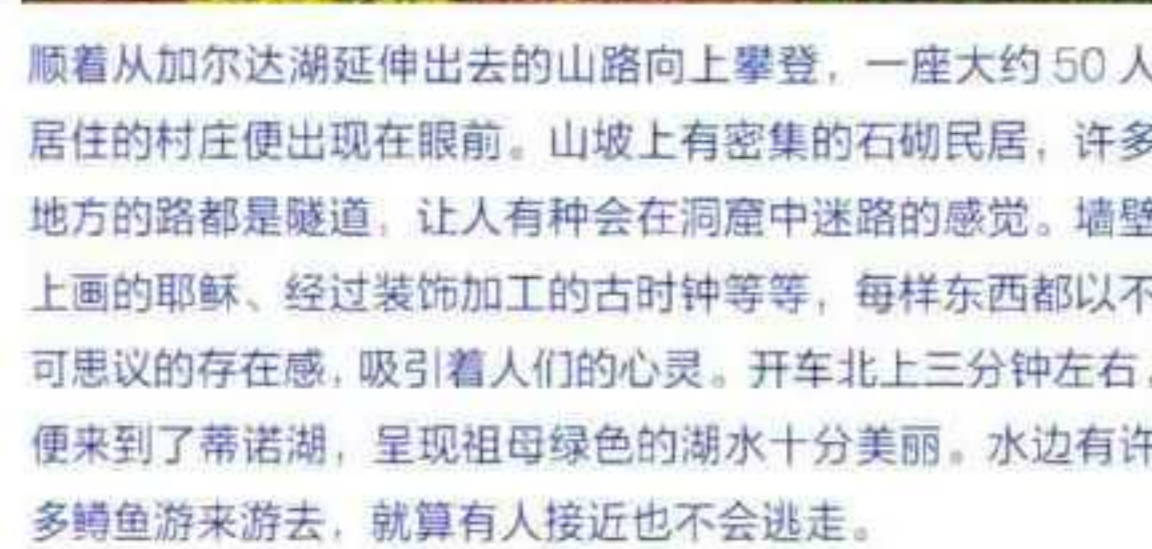
保留了贵族宅邸的
古代交通要冲，
以特产的烟熏火腿
为傲的村庄

格洛伦扎是一座临近瑞士以及奥地利国境的村庄，在德语中被称作“Glurns”。这座村庄曾作为交通要冲，被记载在 1163 年的文献中。格洛伦扎是特伦蒂诺 - 上阿迪杰地区唯一一座“包围村子的城墙”完整地保留到今天的村庄。城墙建于 1580 年，表面有 350 个射击孔和七座带尖顶的高塔。曾经统治过这里的贵族们的宅邸，依然保留着美丽的外观，村庄的特产——意大利烟熏火腿（speck ham）非常美味。



整座村庄被城墙包围，从大门上的狭小入口走进村庄时，我还在想那么大的箱形公交车怎么通过，不可思议的是，车稍微放缓速度，就顺利开过去了。广场上有几家旅馆和餐厅，村民们正坐在长椅上聊天。有时会有满载着干草的拖拉机开过去，一定因为横穿村庄是最短路线。餐厅的招牌和特产店的商品颇具德国特色，让人感觉仿佛在德国旅游似的。





特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

卡纳勒迪肯诺

Canale di Tenno



有着丰富水源
能体会中世纪乡村生活的村庄

村名中的“卡纳勒”意为水路。中世纪后期建造的水路保存至今，整座村庄也被阿尔卑斯丰富又优质的天然淡水滋润着。村庄的海拔大约 600 米，位于加尔达湖畔。圣洛伦佐教堂建于 12 世纪，是这一地区富有代表性的罗曼式建筑。另外，从中世纪保留至今的“博马蒂之家”现在可提供住宿，旅客们能在此体会中世纪的乡村生活。村庄周围广阔的橄榄林和葡萄林，景色非常优美。

顺着从加尔达湖延伸出去的山路向上攀登，一座大约 50 人居住的村庄便出现在眼前。山坡上有密集的石砌民居，许多地方的路都是隧道，让人有种会在洞窟中迷路的感觉。墙壁上画的耶稣、经过装饰加工的古时钟等等，每样东西都以不可思议的存在感，吸引着人们的心灵。开车北上三分钟左右，便来到了蒂诺湖，呈现祖母绿色的湖水十分美丽。水边有许多鳟鱼游来游去，就算有人接近也不会逃走。

特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

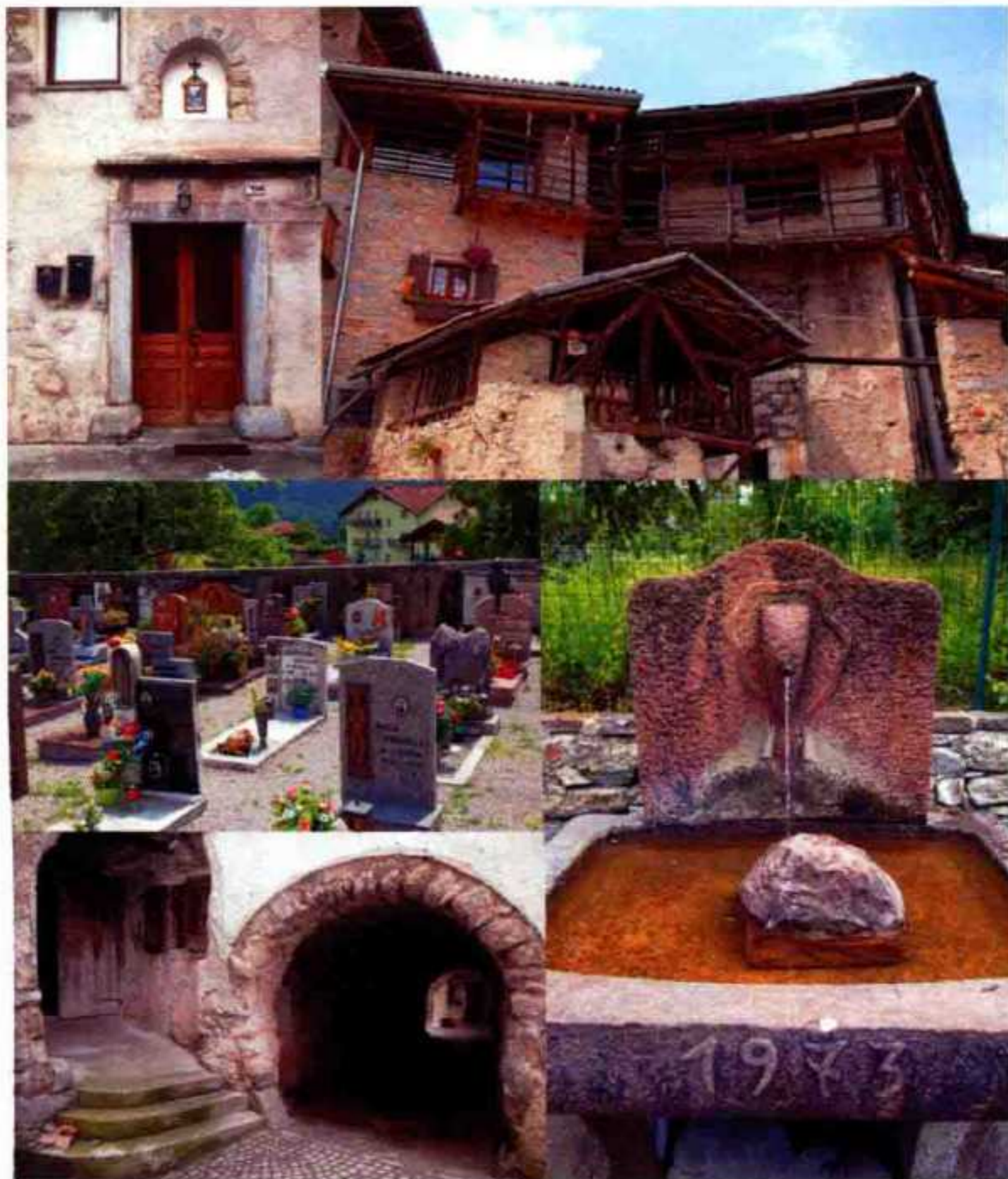
Trentino Alto Adige

兰戈

Rango

因古老的街景 而重现活力的村庄

位于布雷焦·苏佩里欧雷市的一座村落中的兰戈村，海拔 799 米，名字来源于凯尔特语“界限”一词。这座村庄曾有段时间出现人口过少的危机，不过这里的乡村民居那富有特色的大门、回廊和置物架，依然保持着古老的风格，让兰戈再次受到游客的好评。村庄自古以来就是连接加尔达湖和索雷峡谷的重要途径，周围有斯特尼克城堡和雷斯特尔城堡，还有埋藏着地下坟墓的圣十字教堂，许多景点都值得人们一游。



这是一座位于山麓，仿佛田园诗般的村庄，我参观了入口处的小型教堂后，开始到小巷子里散步。隧道般的门洞连接着建筑物，有些民居的大门就隐藏在这种微暗的门洞中。村庄中心有汲水处，似乎还在使用。有一处农家的二楼挂着许多干玉米，鲜明的黄色在一片黑色架子中显得十分亮眼。令人吃惊的是，村中还有一家餐厅，我很好奇经营者是什么样的人，会提供什么样的菜品。可惜午餐时间已经结束了，下次有机会再来的话，我肯定要先到这里吃顿饭。







特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

圣洛伦佐因巴纳莱

San Lorenzo in Banale

拥有富于地方特色的民居
和大自然风光的村庄

由7个村落组成的圣洛伦佐因巴纳莱，背对着多洛米蒂山谷，被壮观的自然美景所包围。这里至今还保留着富有地方特色的民居。一楼是储藏室和家禽小屋，二楼是厨房和起居室，三楼和四楼用于打麦子和放置干草。村庄南部有拱门和回廊等雅致的建筑。圣洛伦佐因巴纳莱临近受到世界自然基金会保护的嫩比亚湖周围的绿洲和阿达梅洛布伦塔自然公园，可以让人尽情享受自然美景。



由于这里没有明显的边界，因此把握整座村庄的范围花了不少时间。现代风格的建筑物和历史悠久的建筑物混杂着建在平缓的山坡上。村庄给人非常开阔的感觉，有点像滑雪度假区。我先来到一座小小的圣罗科教堂，一踏进这里，马上就被祭坛上方天花板上的美丽壁画吸引了。路的对面是座由古老的石砌民居组成的村落，民居前堆着的薪柴表明，这里的冬天会有厚厚的积雪。



特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

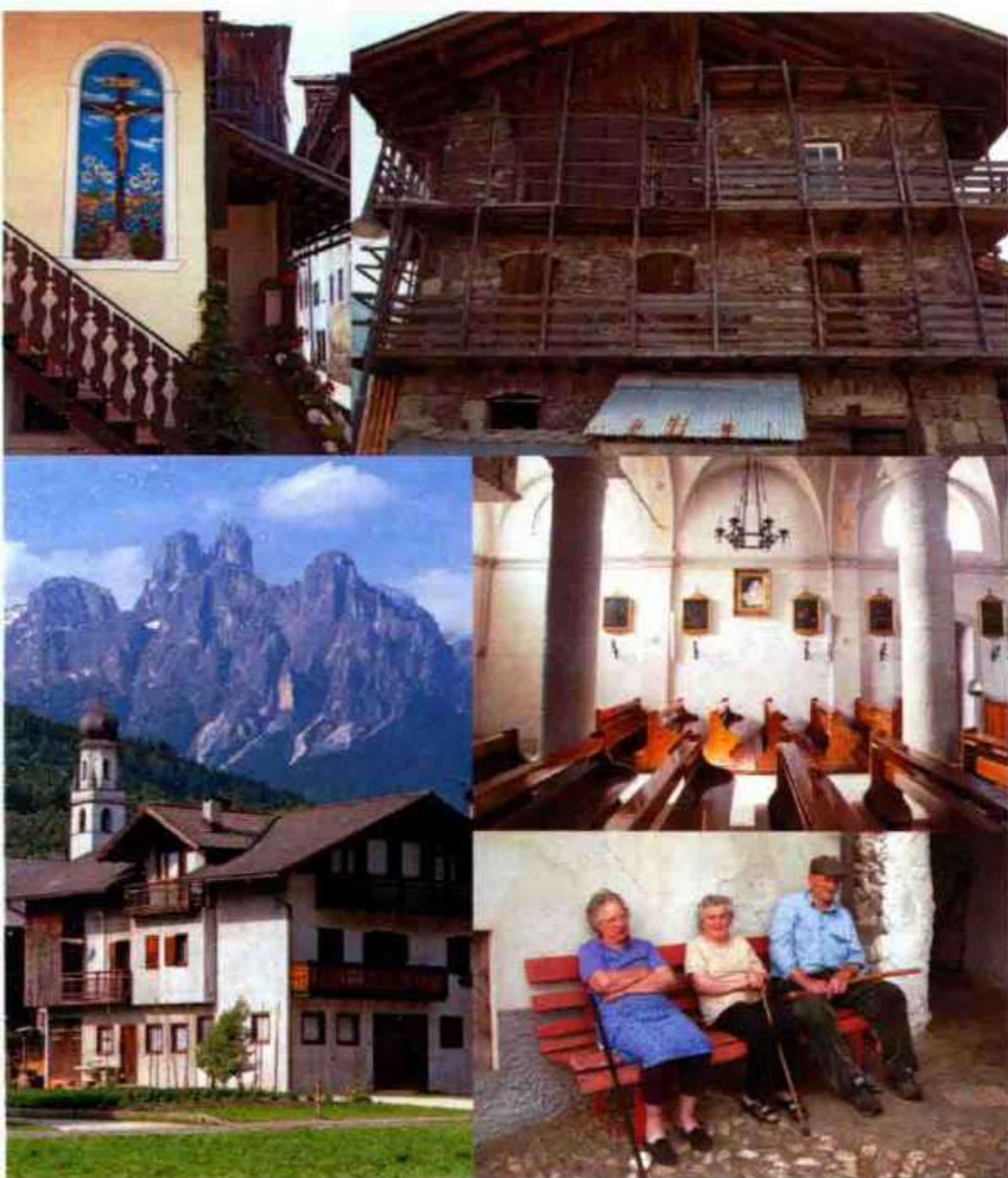
梅扎诺

Mezzano



拥有帝罗尔风格的 古老街景 透着清爽气息的村庄

梅扎诺和大区里的其他村庄一样，过去也曾长时间卷入奥地利和意大利两国之间的争端。19世纪初，这里曾被拿破仑占领的拜仁地区支配，当时许多居民因此移居到美国。村庄里依然保留着以前用石头和木材建造的民居，让游客有一种回到过去的感觉，还能感受多洛米蒂山谷扑面而来的清爽空气和宁静之美。



延绵在村庄背后的多洛米蒂群山雄伟壮观。村里的民居并排而立，有着木制的阳台（或许是用来风干玉米等粮食的），还有一些民居前堆着高高的薪柴。村中许多地方都有汲水处，清水从水龙头里哗哗地流了出来。路过一户人家时，在院子里闲坐的老人们向我打招呼，问我从哪里来。当我回答自己从日本来时，他们非常惊讶。圣乔治教堂的外墙是炫目的白色，里面的墙壁和柱子也都涂着白漆，非常美丽。



特伦蒂诺 - 上阿迪杰大区

Trentino Alto Adige

维皮泰诺

Vipiteno

保留着 13 世纪的哥特式教堂 和工坊等街景的村庄

完整保留着 13 世纪街景的维皮泰诺，因处在连接德国和意大利的大道附近而得到了发展。在 15 世纪至 16 世纪时，周围的峡谷中挖掘出了许多银和铅，使村庄变得极其富裕。1473 年建造的德蒂奇塔，将村子分成了“老区”和“新区”。我一边散步，一边参观气派的村务大楼、哥特式的佛罗伦萨圣神教堂、商店和手工艺人的工坊等，非常有趣。这座村子的特产 Speck（一种生火腿）非常美味。



维皮泰诺位于奥地利国境附近，是座可以称为城镇的大村庄。通向高塔的主干道上排列着装饰精美的气派建筑，许多地方都建了拱廊。建筑一楼的部分有许多土特产商店和艺术品店。餐厅和酒吧特别多，每家都有许多游客光顾。我一边欣赏着设计精巧的窗户，一边朝着眼前耸立的高塔走去。村子前面有一座维尔顿圣殿教堂，沿着道路南下，山上有一座瑞恩芬斯坦城堡。



Veneto

威尼托大区



威尼托大区

Veneto

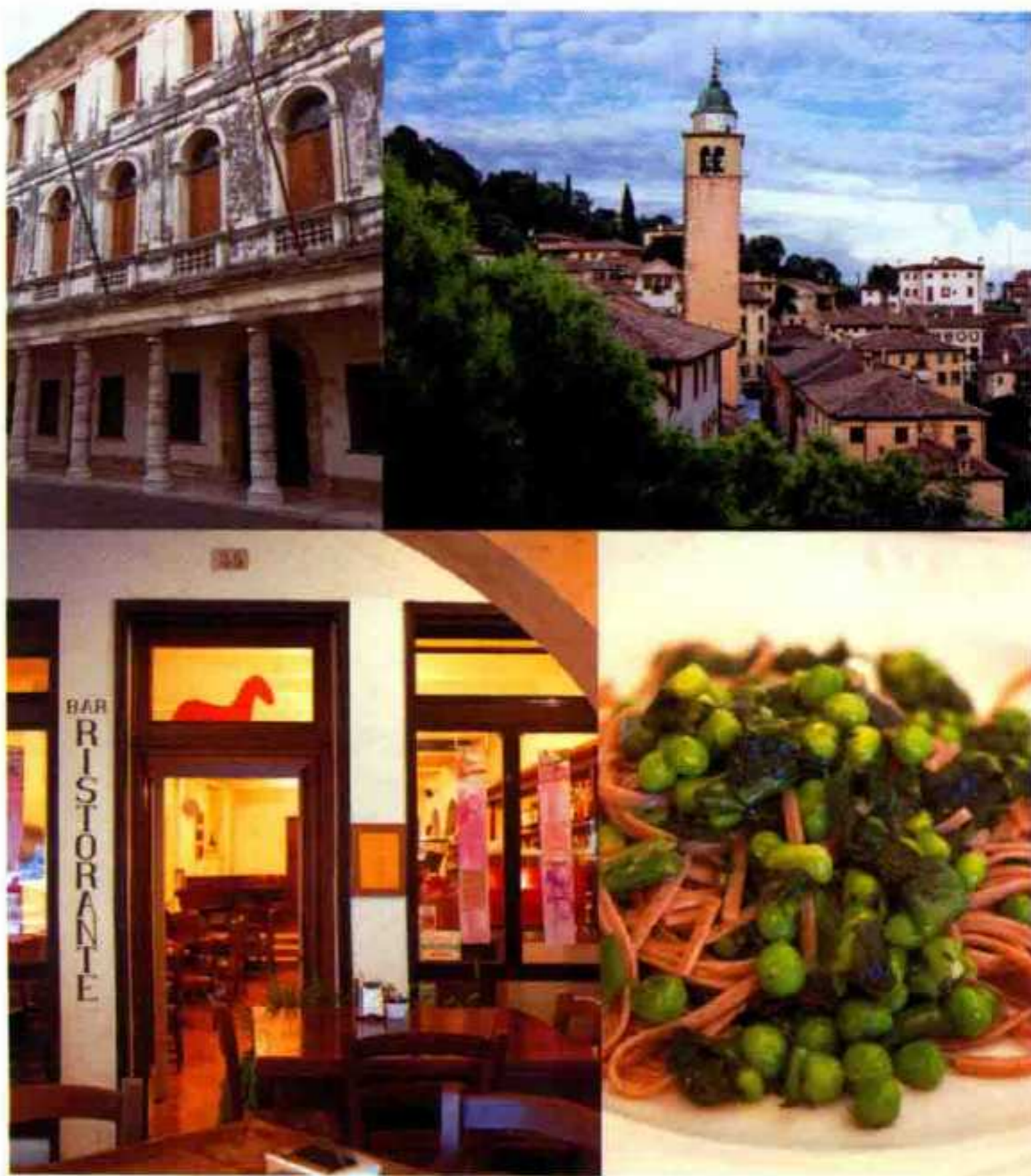
阿索洛

Asole



罗曼式外墙的教堂
拿破仑暂居的公馆
拥有诸多名胜的村庄

“阿索洛”这个名字来源于拉丁语“*Asylum*”，意为隐居之处。村中的大圣堂虽是1747年重建的，但原封不动地保留了罗曼式的正面外墙设计。教堂中还保存了画家罗伦佐·洛托在1506年创作的《圣母升天》等贵重的作品。1797年威尼斯共和国覆灭时，拿破仑进攻到了这里，并居住在帕斯夸利家公馆中，现在还保留了一块记述当时事迹的石板。



村庄建在一座不高的山丘上，广场上带翅膀的狮子雕像似乎在迎接着旅人。我走在周围有着四层高建筑物的大路，首先去往新古典主义风格的圣母升天主教大圣堂。教堂内部有着雪白的墙壁，四位村民正在祈祷。村中最高的地方有一座阿索洛城堡，我在走向城堡的途中，被丘陵的美景吸引，好几次停下来观赏。不过遗憾的是，城堡并没有开门，无法进去参观。我走进广场上的一家餐厅，点了菠菜和豆子拌的意大利面，香气诱人，非常美味。







威尼托大区

Veneto

波尔托布福尔埃

Portobuffolè

保留着昔日威尼斯共和国的面貌
充满艺术气息的村庄

波尔托布福尔埃诞生在利文扎河边，14世纪接受威尼斯共和国的统治，现在依然保持着热爱艺术、充满诗情画意的传统文化，村中许多地方都有象征威尼斯的狮子雕像。14世纪治理村庄的盖亚家族公馆里，至今依然保留着古老的壁画，令人联想起当年的模样。大圣堂原本是犹太教的犹太会堂，1559年被定为专用的教堂。



走过石桥，再穿过气派的大门，就能进入村庄。几乎所有的路旁都有门廊，从门廊里向外眺望村庄的景色时，会发现拱门的轮廓就像画框一样，将风景定格在了其中。我在村中没看到行驶的车和行人，也没看到在长椅上闲谈的老人，整座村庄就像电影的布景，充满了静谧的美。穿过小巷，来到一片广阔的牧场，附近是以水量丰富著称的威尼斯河。大门附近有一家公馆风格的旅馆兼餐厅，不过遗憾的是，在午后的这个时间，并没有营业。

威尼托大区

Veneto

阿尔库阿佩特拉卡

Arquà Petrarca

冠以诗人彼特拉克之名，充满其气息的村庄

村庄的名字源自弗朗切斯科·彼特拉克，他既是诗人又是人文主义者，还被誉为意大利语之父。从 1370 年直到去世的 1374 年，这位诗人都生活在这里，热爱着这座绿色丘陵上的村庄。彼特拉克的故居现在依然保留着，可以看到他精心打理的田园和庭院。圣母升天教堂里有他的墓地，气派的棺椁是用维罗纳产的红色大理石打造的。另外，在以诗人名字命名的彼特拉克广场上，还有 15 世纪威尼斯哥特式的贵族公馆。



村庄处在起伏平缓的山坡上，我先来到建在村子入口处的圣母升天教堂，参观完教堂内部，来到外面的院子里时，看到了诗人彼特拉克的棺椁。从延伸到高地的石板路向上走，可以看到一处开着几家餐厅、酒吧、葡萄酒店的区域，看起来是村庄的中心。这时正好是午睡时间，只有一家餐厅开着，我进去告诉服务员想吃当地的食物，于是尝到了加猪肉、豆子、蘑菇、扁豆的意大利面。肉和蔬菜的鲜味融合在一起，非常美味。



威尼托大区

Veneto

蒙塔尼亚纳

Montagnana



拥有长达两公里的石壁 和著名画作的村庄

村庄里的大圣堂中，乔尔乔内的作品《大卫》和《友弟德》是绝对不能错过的。这里还能看到1555年委罗内塞的作品《耶稣显圣容》。现在被用作村务办公楼的圣米歇利宫建于1538年，议会室里雕着精美木刻的天花板，给我留下了深刻的印象。



延绵的中世纪石壁令人惊叹。从北侧的大门进入村庄，沿着门廊（Portico）向前走，可以到达维托里奥·埃马努埃莱二世广场。首先映入眼帘的是巨大的蒙塔尼亚纳大圣堂，主祭坛上的天花板画着《圣母升天》《耶稣显圣容》，翼廊的礼拜堂里还装饰着雕刻和绘画……每幅画和雕刻都非常精美，一个人鉴赏如此瑰丽的艺术作品，让我觉得十分奢侈。我怀着这种感动，来到村里散步。土特产店很少，看来这里还没有成为观光地。我走进西门附近的餐厅，加了生火腿和番茄酱的意大利笔尖面，口感柔和又美味，让我一辈子都无法忘怀。我在心里默默决定，以后一定要再来这里一次。









威尼托大区

Veneto

博尔盖托

Borghetto



古时作为交通要冲引人注目
如今拥有傲人美景的村庄

博尔盖托位于曼托瓦与维罗纳之间的加尔达湖以南。贡扎加家族、斯卡利杰里家族、维斯孔蒂家族这三个有权有势的大家族曾在此争夺霸权。这里还经历过与拿破仑军队的战斗，以及意大利统一运动的战斗。现在村庄里依然保留着 14 世纪在维斯孔蒂家族支配下建造的桥梁和水坝等建筑物，成了明乔河畔一片美丽的风景。



村庄夹在从加尔达湖流出的明乔河及其支流中间。驾车经过连接村子的木桥时，可以听到咯吱咯吱的声响。历史悠久的建筑物耸立在河畔的某一个角落，河中的沙洲上有几间民居，仿佛威尼斯的景色一般。我看到了三三两两的游客，其中多数在露天餐厅吃饭或聊天。圣马尔科埃万杰利斯塔教堂里的祭坛上有三座圣人的雕像，我参观完这里之后，又来到位于高地的 13 世纪建造的斯卡利杰罗城堡一游。这里没有人居，可以在高塔周围自由参观。





威尼托大区

Veneto

奇松迪瓦尔马里诺

Cison di Valmarino



12 世纪的要塞脱胎换骨 变成了美丽的村庄

这座村庄曾是瓦尔马里诺公爵的领地，在 12 世纪时作为要塞兴建起来。之后到了文艺复兴时期，要塞被布朗多里尼公爵改造得十分美丽，现在则变成了一座豪华的酒店。村庄中心的罗马广场上有巴尔比家族的公馆，现在作为村务大楼使用，还有 17 世纪的回廊。沿着卢戈河畔的“水之路”散步，欣赏古老的水车小屋和以水为主题的遗迹，也十分有趣。

进入村庄后沿着河畔散步，可以到达一座干净的小广场。广场上有两间咖啡店，店主似乎在互相竞争，分别装饰了许多美丽的花朵。从这里可以看到，对面耸立着圣乔瓦尼·巴蒂斯塔圣母升天教堂的钟楼。我登上斜坡，绕到教堂的正面，推开门走了进去。只见洁白的墙壁和中柱上布满精致的雕刻和绘画，特别是身廊的天花板上画着许多天使。这壁画实在太精美，看得我脖子都酸了。真是感谢神灵，让我邂逅了这座美丽又圣洁的村庄。



*Friuli Venezia
Giulia*

弗留利 - 威尼斯朱利亚大区



科尔多瓦多

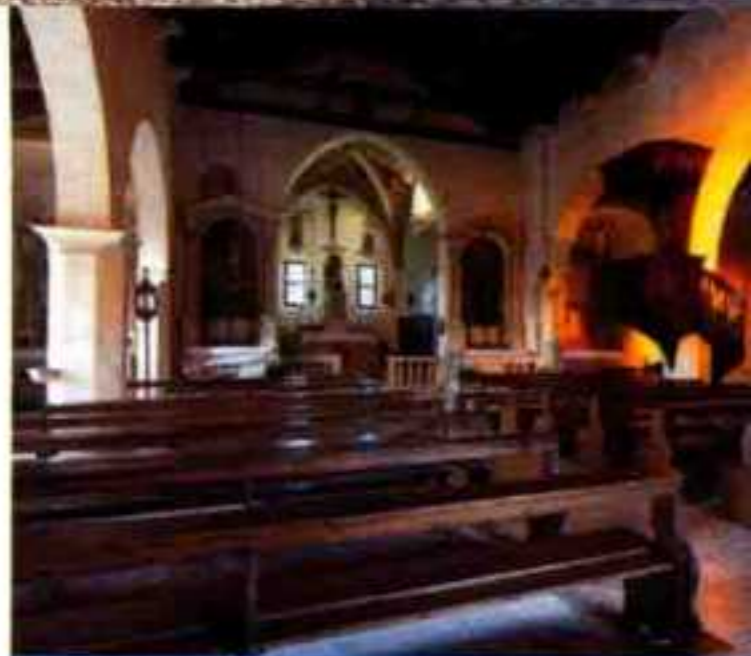
Cordovado

文艺复兴样式的公馆
巴洛克艺术的教堂
是这里的珍贵之美

科尔多瓦多的历史可以追溯到公元前 2 世纪。古罗马人在这个地区的广阔沼泽地排水开垦，建立了一座叫阿奎莱亚的村庄。弗雷斯基·皮克罗米尼家族的公馆是典型的文艺复兴样式的三层建筑，大门十分气派，整体风格威严庄重。另外，恩宠圣母教堂被称作巴洛克艺术的宝石，其中的黄金天花板和祭坛画、灰泥雕像等，十分精美。



比起其他村庄，这里的教堂和礼拜堂显得特别多。穿过钟塔脚下的大门进入村庄，眼前是一条宽阔的石板路，路边的古老民居座座相连，墙上布满了爬山虎。由于车辆受到限制，村民们或徒步，或以自行车代步出行。我沿着分布在路边的教堂巡游，其中只有 15 世纪建造的圣安德烈大教堂开着门，我进入里面自由参观了一番。虽然整体是石砌的建筑物，不过天花板的梁和演讲台等是木制的。教堂里点着黄色的灯，使整个空间显得很温暖。





在村里走完一圈后，我沿着台阶登上村中的高台，俯瞰整座村庄。民居的屋顶都铺着瓦片，富有整体感，怎么看都看不腻。从另一条路下来时，我看到了一片葡萄园。我被剪刀的咔嚓声吸引，走近一看，是一位农夫正在修剪葡萄树。我试着向他打招呼，但他没有听到。附近有座农民博物馆，入口处停着一辆木质的货车。不过由于里面没人，我没能进去参观。接着，我来到有着雪白墙壁和高大钟楼的圣彼得和保罗大教堂游览，教堂附属的墓地里，供奉着许多鲜花。

弗留利 - 威尼斯朱利亚大区

Friuli Venezia Giulia

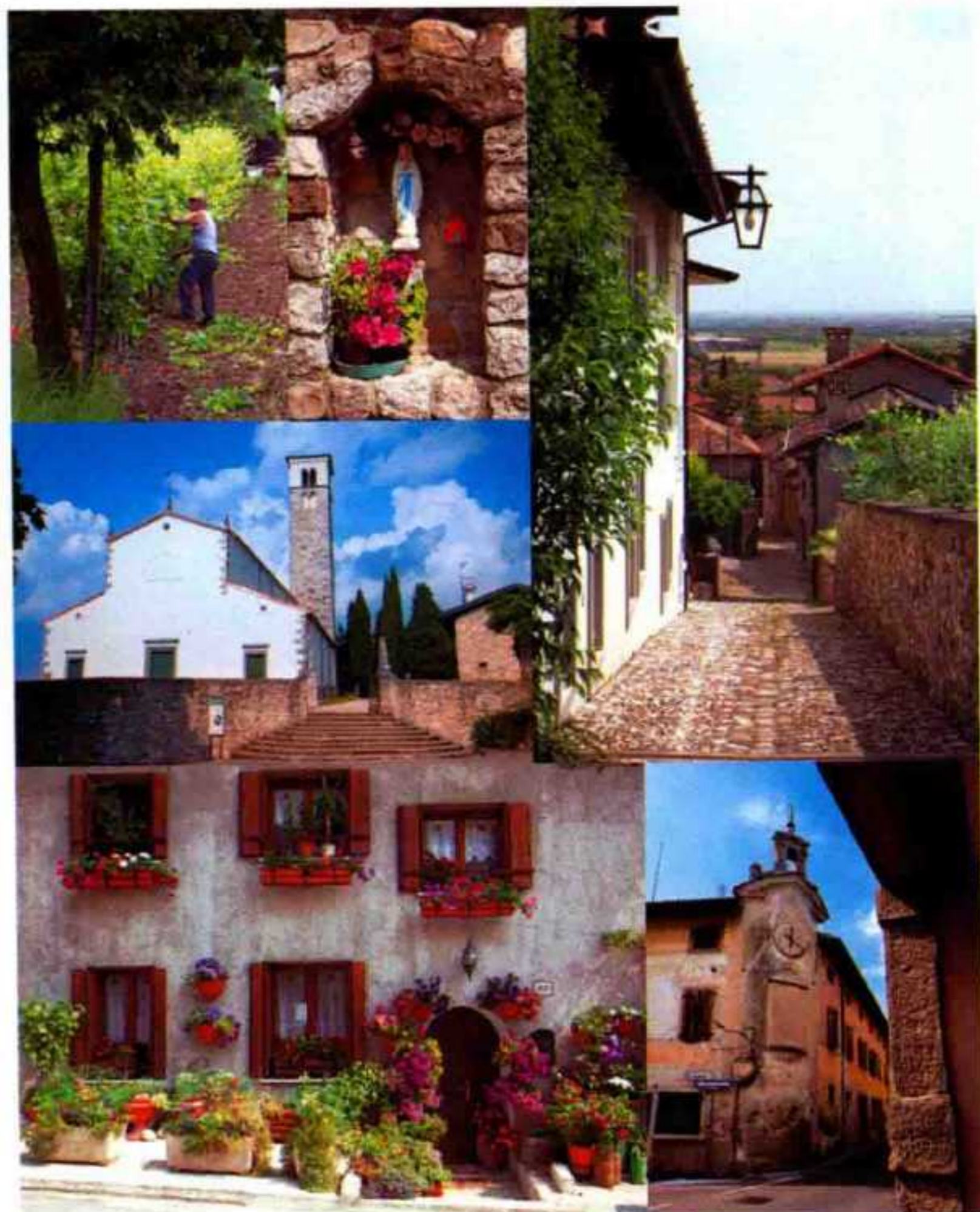
法加尼亚

Fagagna



可以体验意大利乡村文化
保留了珍贵壁画的村庄

村庄的中心部保留着两座城堡（其中一座只剩下遗址）和重要的教堂，城址最古老的部分可以追溯到11世纪。比利阿尔塔城堡的城墙连接着1216年建造的高塔，这里现在是个人财产，所以只能看到外观。农民博物馆里再现了过去农舍的各个房间，可以看到从卧室的炉床到谷物仓库的样子。14世纪建造的圣莱昂纳多教堂里，还保留着那个时代的珍贵壁画。



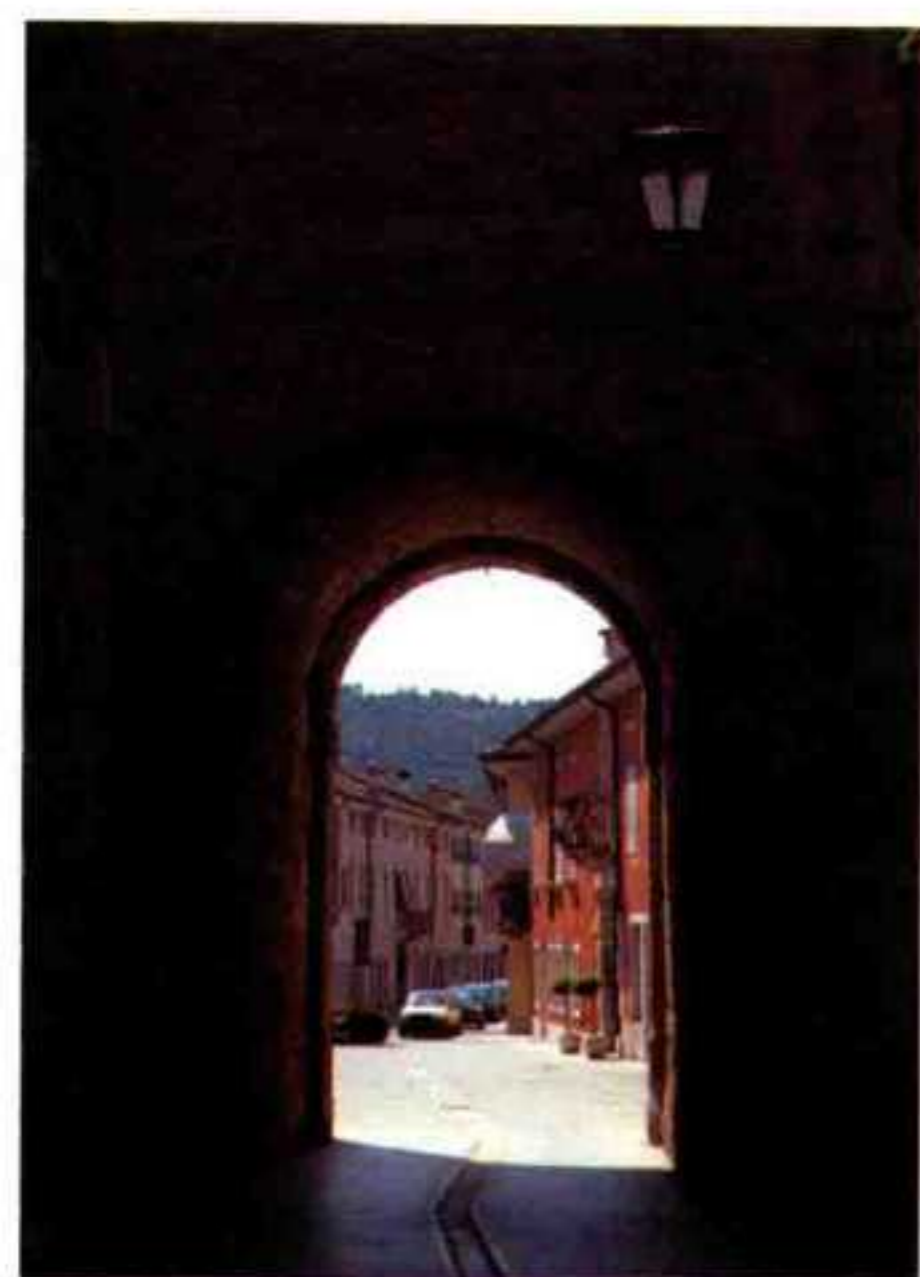
格拉迪斯卡迪松佐

Gradisca d'Isonzo



自古便受到坚固要塞保护
如今是拥有美丽庭园的村庄

这是一座位于斯洛文尼亚边境附近的村庄。15 世纪受到威尼斯共和国的统治，17 世纪被奥地利统治，19 世纪则受到哈布斯堡王朝的支配。这里被固若金汤的要塞保护了 500 年，现在成了拥有广阔庭园的美丽村庄。村庄中心部自乔迪大路开始，可以看到各个时代的当权者和贵族们的宅邸。巴洛克风格的大圣堂（米兰主教座堂）和 15 世纪末建造的圣母教堂也十分壮观。



村庄入口处的广场有巨大的喷泉和圆柱塔，塔顶有长着翅膀的狮子雕像。沿着宽阔的主干道走进村庄内部，可以看到，路边建筑物的一楼大多是日用品杂货店、舶来品店、酒吧等。多数店都撑着篷子，抵挡夏季的强烈阳光。在圣彼得和保罗大教堂中参观时，圣母玛利亚抱着幼年耶稣的画像最令我心动。来到村庄外面，可以看到称之为废墟也不为过的巨大城堡。入口处挂着重重的锁，散发出一种多年无人接近的氛围。





瓦尔瓦索内

Valvasone

广场被贵族公馆包围
拥有许多美味特产的村庄

村庄的中心——梅尔卡托广场对面有几座贵族的公馆。其中一座中世纪的建筑，被改建成了现在的村务大楼。村中保留着美丽的拱廊，拱廊正面还有 1515 年人们祈祷黑死病结束的壁画。路旁可以看到富有年代感的水车小屋，在一座 16 世纪建造的带拱廊的建筑物中，还有一间 1672 年的古老食堂。这里的特产蒙塔西欧奶酪、醋腌的意式香肠和葡萄酒都很有名。



这里的建筑物色调非常柔和。我先来到 15 世纪建造的哥特式圣耶稣大教堂参观，映入眼帘的是在摆在木箱子中的风琴。箱子上有精美的绘画，挂在墙上的画作也十分雅致。村中有着一些水路，里面流淌着清澈的水，古老的水车直到现在依然转动着。刚好是午饭时间，我来到广场上一家名叫“塔波达·卡尔达”的餐厅，吃了简单的肉末意大利面。





特里维尼亚 努迪内塞

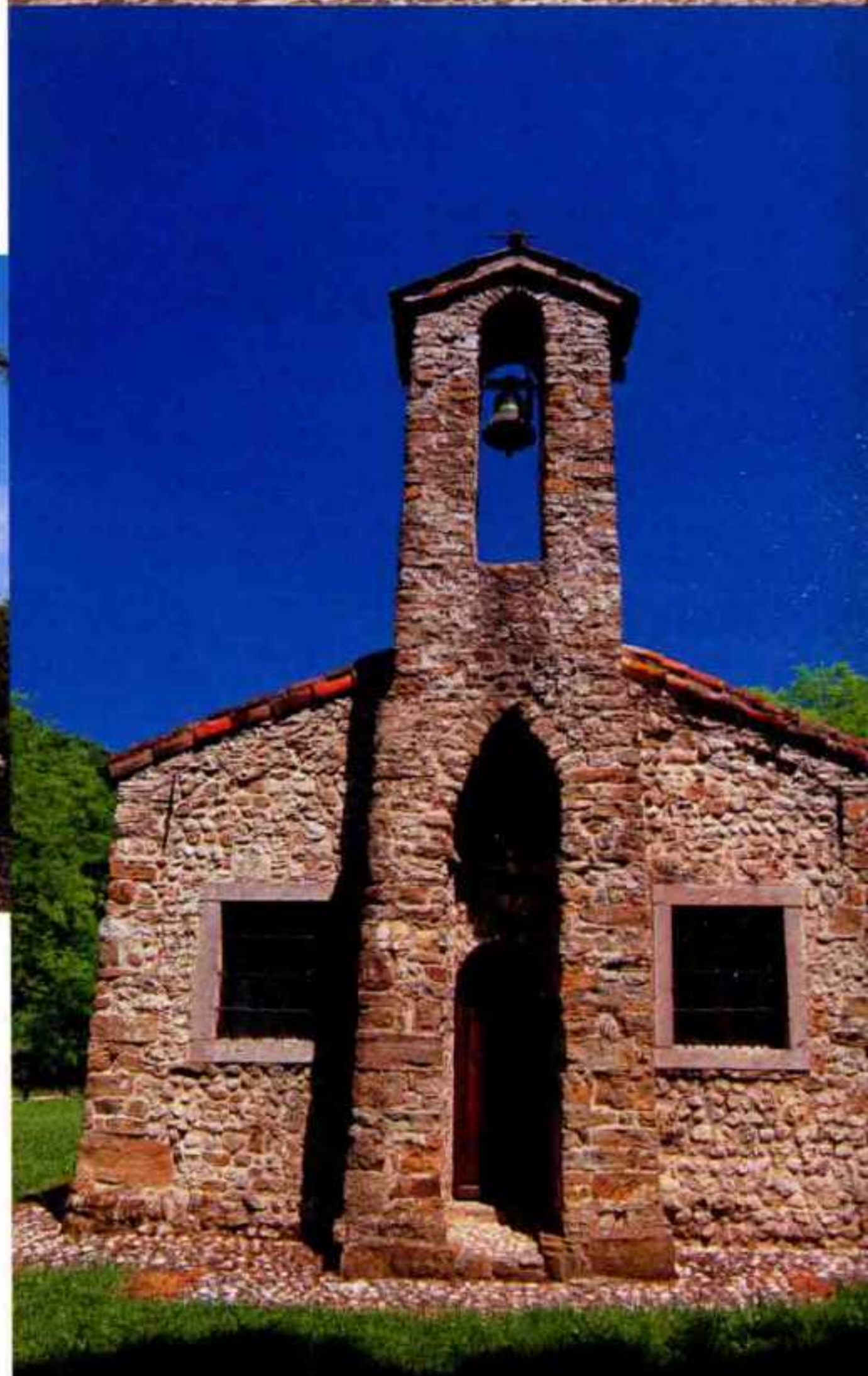
Trivignano Udinese
Borgo di Clauiano

15 世纪的建筑物并排而立 教会中保存着贵重洗礼盘的村庄

在 14 世纪的建筑物圣马尔谷教堂中，保留着一部分那个时代的壁画。圣乔治教堂里则保留着皮埃特罗·达·科尔托纳制作的 16 世纪风格的洗礼盘。博尔戈圣马尔蒂诺大路两旁，15 世纪的建筑物并排而立，村庄最古老的卡尔特里尼家族的房屋也在其中。威尼斯共和国贵族马宁家族的宅邸，从 18 世纪开始，就被用来贮存葡萄酒了。



这是一座道路两旁民居成排的小村庄。建筑物的造型有些相似，大门的设计却各具特色。几条小路交叉的地方是一座广场，上面整齐地铺着小石块。我想前往村郊的圣马尔谷教堂参观，向一位从农舍里开着小货车出来的大叔问路。他告诉我，要走一条通向玉米地的土路。在那条路上前进 500 米左右，就能看到被树木的寂静包围的石砌教堂了。



托波

Travesio Borgo di Toppo

完整保留中世纪风貌
适合骑行的村庄

托波是特拉韦肖村中的一个小小村落。从近年来得到部分修复的山丘上的城堡俯视，可以看到中世纪村落近乎完整的风貌。这座城堡是弗留利地区 12 世纪至 14 世纪重要的城塞建筑案例，可以进去参观。由于当时的领主在 16 世纪移居到山麓的托波·韦士曼公馆，因此城堡被废弃。从托波途径城堡，通往特拉韦肖的道路是一条自行车道，可以在这里享受骑行的乐趣。



在坡度平缓的山麓上，有几间民居依偎而立。有着高大钟楼的圣洛伦佐教堂在这里格外显眼。我造访这座村庄时正值深冬的 1 月中旬，民居的院子和窗边还留着圣诞节的饰物。我来到问讯处，想询问如何前往小山上的古城，但这里在冬季假期中没有开门。我向东走了两公里左右，来到拉维吉奥村。这座村庄里没有什么值得参观的历史建筑，不过小学操场上那些忘却寒冷、愉快地玩耍的孩子们，给我留下了深刻的印象。



波尔切尼戈

Polcenigo

以 14 世纪的巨大钟楼为标志 领主宅邸并立的村庄

起源于 9 世纪的城堡保护着波尔切尼戈，但在 16 世纪作为威尼斯贵族的别墅重建后，这座城堡现在只残留了外墙和圣伯多禄教堂的一部分。村中的广场上耸立着几座 16 世纪至 17 世纪领主们的宅邸。费里尼邸的内部保留了 16 世纪的灰泥雕刻，14 世纪的正罗科祈祷所拥有一座壮观的钟楼。



这是一座孤立在山中的小村庄，一条水量丰富的河流经村庄内部。教堂前的小广场有些贩卖蔬菜水果的移动小车，村民们愉快地在此采购。沿着河流旁的小路向高处走，可以看到相连的民居被树木包围，精致得仿佛中世纪田园景色的盆景，我边走边拍了好几张照片。参观完有着气派钟楼和回廊的圣雅各修道院之后，我继续沿着山路散步，前往建在山上的城堡一游。虽然可以自由参观，但这只是座没有天花板，仅剩墙壁的废墟而已。





塞斯托阿尔雷盖纳

Sesto al Reghena

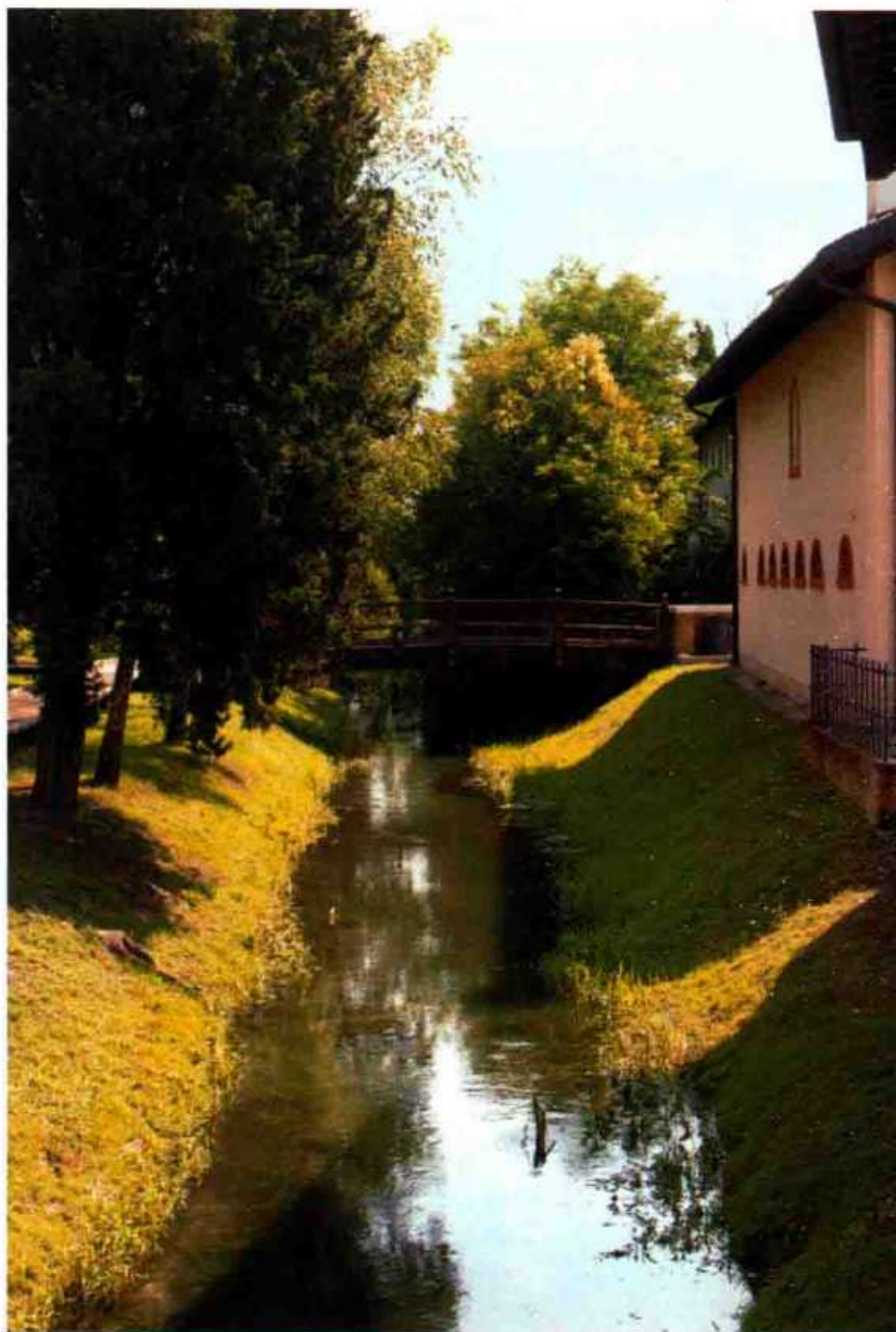


以保留了许多美术品的 大圣堂为中心 包围在农场中的村庄

在古罗马时代以前，这里是一个军事据点，在连接城市的干线旁边。村中有一座8世纪上半叶，由伦巴第族建造的本笃会塞斯托圣母玛利亚大圣堂。我穿过了格里曼尼塔的大门，这里直到18世纪，都还是以吊桥来和外部连接。作为大区内最重要的修道院之一，院内的教堂保留着乔托的工作室在14世纪绘制的壁画等贵重作品。一边欣赏村里的水路和农场风景，一边散步，是一件十分惬意的事。



从干净的大门进入村庄内部，走200米左右，还能看到别的门，再前面是一座钟楼，以及塞斯托圣母玛利亚大圣堂。我推开厚重的木门进去参观，身廊的天花板之高令人惊叹，墙壁、甚至柱子的角落都布满精致的壁画，让我感动不已。内部还有放置棺椁的房间。我一边感受着夏日的阳光，一边沿着河畔的小路散步。河中的水草轻轻摆动，水面上有两只蝴蝶正在嬉戏，仿佛童话中的美丽乡村。







弗留利 - 威尼斯朱利亚大区

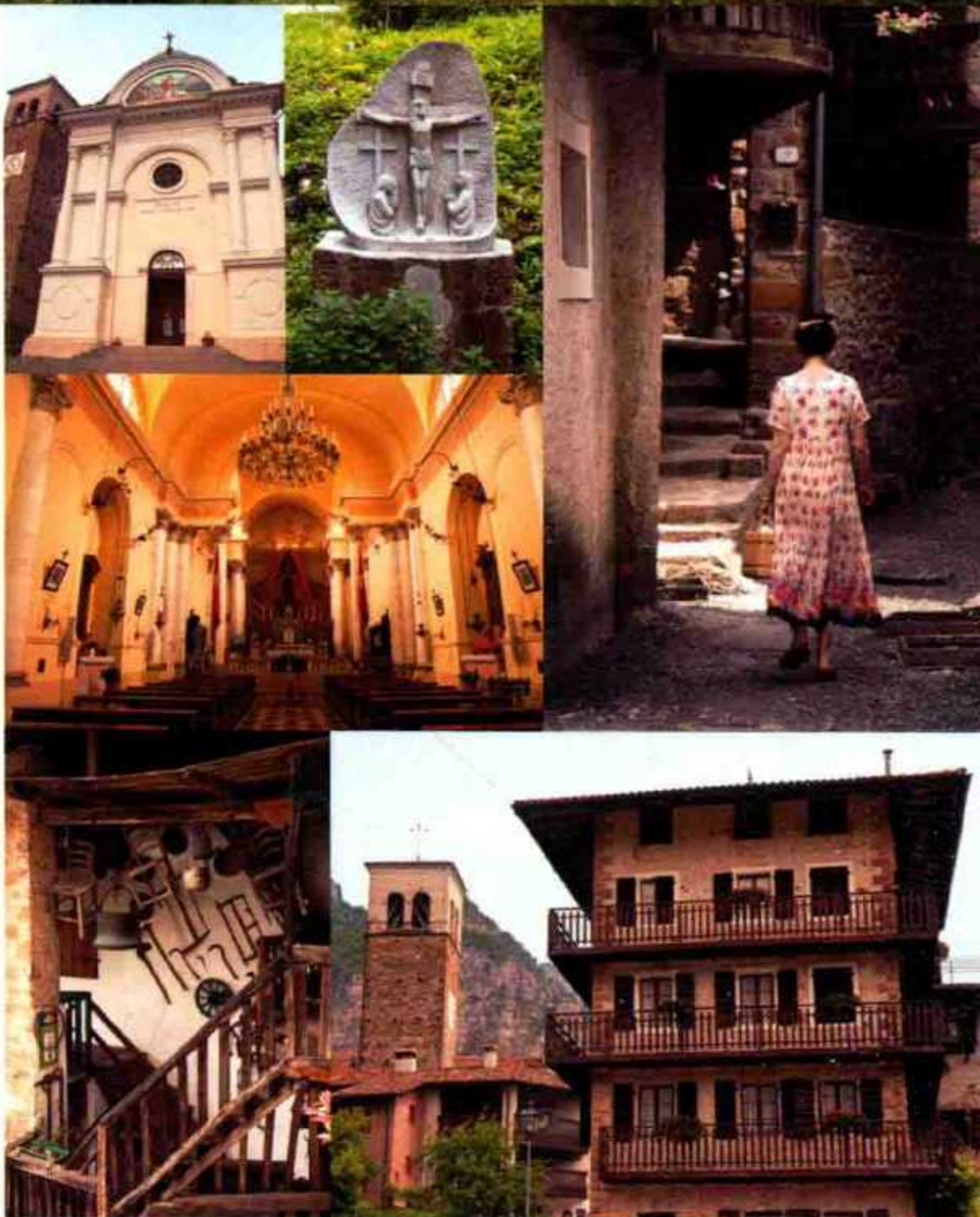
Friuli Venezia Giulia

波法布罗

Poffabro

手工艺者制作的特产 削下岩石建造的民居

波法布罗是弗里桑科市中的一座村落，也是被记录在 17 世纪至 18 世纪威尼斯共和国税金滞纳名录中的贫穷村庄。用削下的岩石建造的民居，每座都是 3~4 层的建筑，其特征是都有木制的阳台。村中的特产是手工艺者制作的天鹅绒拖鞋和藤编物品。另外，在这里可以品尝到一种被称作“福瑞客(Frico)”的黑胡椒烟熏奶酪，用这种奶酪油炸的食品十分美味。这里的意式香肠等也非常不错。波法布罗还是多洛米蒂弗留利自然公园的一部分，可以在这里观赏到许多自然美景。



这座村庄整体风格十分朴素，民居大多是用山中树木和石头建造的。村中只有一座四层楼带阳台的大建筑，或许之前是个旅馆。我到圣尼科洛教堂参观，祭坛上装饰的巨大金色王冠令人震惊。村中的石板小路像迷宫一样交错着，我循着水声走去，只见茂密的树木，并没有看到河流经过。通向山上的小路边，立着记录耶稣一生的石雕。

Emilia Romagna

艾米利亚 - 罗马涅大区





艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

博比奥

Bobbio

以大修道院为中心
可以尽情欣赏罗曼式
建筑的村庄

博比奥的历史可以追溯到公元前 14 年，古罗马人在特雷比亚河左岸定居开始。作为通商必经之处的博比奥大修道院，在 9 世纪时被誉为最大的罗曼式主教大圣堂，拥有巨大的权力和财富。大修道院里还有一座中世纪前期最重要的图书馆。现在人们看到的建筑，是以 11 世纪的教堂为基础，在 15 世纪建造起来的。韦基奥桥也是罗曼式建筑，全长 280 米。



这是一座被群山包围的大村庄，旁边有特雷比亚河经过。我到达这里的时候，正是午睡的时间，主干道上十分安静。我发现一家没有关门休息的餐厅，于是到里面品尝手工制的意面打发时间。过了下午四点，食品店、精品店、画廊、鞋店、宝石店等店铺陆续开门营业，大街上恢复了活力。以小说《玫瑰之名》的背景舞台——圣科隆巴诺修道院为首，村中共有三座大教堂。圣母升天教堂的高大钟楼，在小巷里散步时一定会映入眼帘。最后，我沿着长长的石桥来到河的对岸，眺望村庄全景。



瓜尔蒂耶里

Gualtieri

以“意大利最美广场之一”
本蒂沃利奥广场为傲的村庄

瓜尔蒂耶里位于波河流域，是由科尔内利奥·本蒂沃利奥带领人们排水开垦出来的村庄。本蒂沃利奥的开垦功绩得到称赞，成了瓜尔蒂耶里的领主，并被授予伯爵之位。村中特别显眼的是本蒂沃利奥广场及其公馆，被美术史学家切萨雷·布兰迪称为“意大利最美的广场之一”。圣母加冕教堂是17世纪建造的教堂，其中的灰泥雕刻十分精美。



典雅的钟塔是村庄的标志，也是通向广场的门。铺着碎石和草坪的广场上有一些长椅，是村民们休憩的地方。庄严的白雪圣母教堂的侧廊中有六座礼拜堂，装饰着帕多瓦的圣安多尼等圣人的画像。从广场走五分钟，还有一座威严庄重的圣安德烈大教堂，但很遗憾，我没能进入里面参观。广场附近有一家氛围不错的旅店，我在里面订了一个房间。在旅店附属的餐厅吃了海鲜意面后，我再次回到广场，欣赏美丽的夜景。









艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

卡斯泰拉尔夸托

Castell' Arquato



拥有高塔、钟楼等富有魅力的 建筑物的村庄

面朝亚平宁山脉，沿着山丘间的田间小路前进，可以看到一片绿意中的村庄高塔和钟楼。在山丘顶端的广场上有许多充满魅力的纪念碑。参事会教会大圣堂 (Collegiata) 是村中最古老的教堂，756 年时还作为举行洗礼的祈祷堂使用。1342 年建造的维斯孔蒂要塞不仅有防御用的城墙，还保留了四座高塔。这里还有 1292 年建造的司法长官的宅邸——波德斯塔宫，外墙城垛的装饰十分精美。



由于村中有四座高塔，所以从远方也能立刻分辨出村庄的位置。我在河岸边的停车场停好车后，沿着 S 形的坡道徒步进入村子。途中路过一家精肉店，里面有很多火腿和奶酪。之后我来到波德斯塔宫和维斯孔蒂要塞所处的山丘广场，刚好遇到要塞开门的时间，于是买了门票进去参观，登上塔顶。这里视野非常好，可以将村庄全景尽收眼底。由于没看到开着门的餐厅，我走进一家酒吧。询问店主有什么可以吃的之后，他为我提供了一道用当地产的意式香肠做的三明治，非常美味。



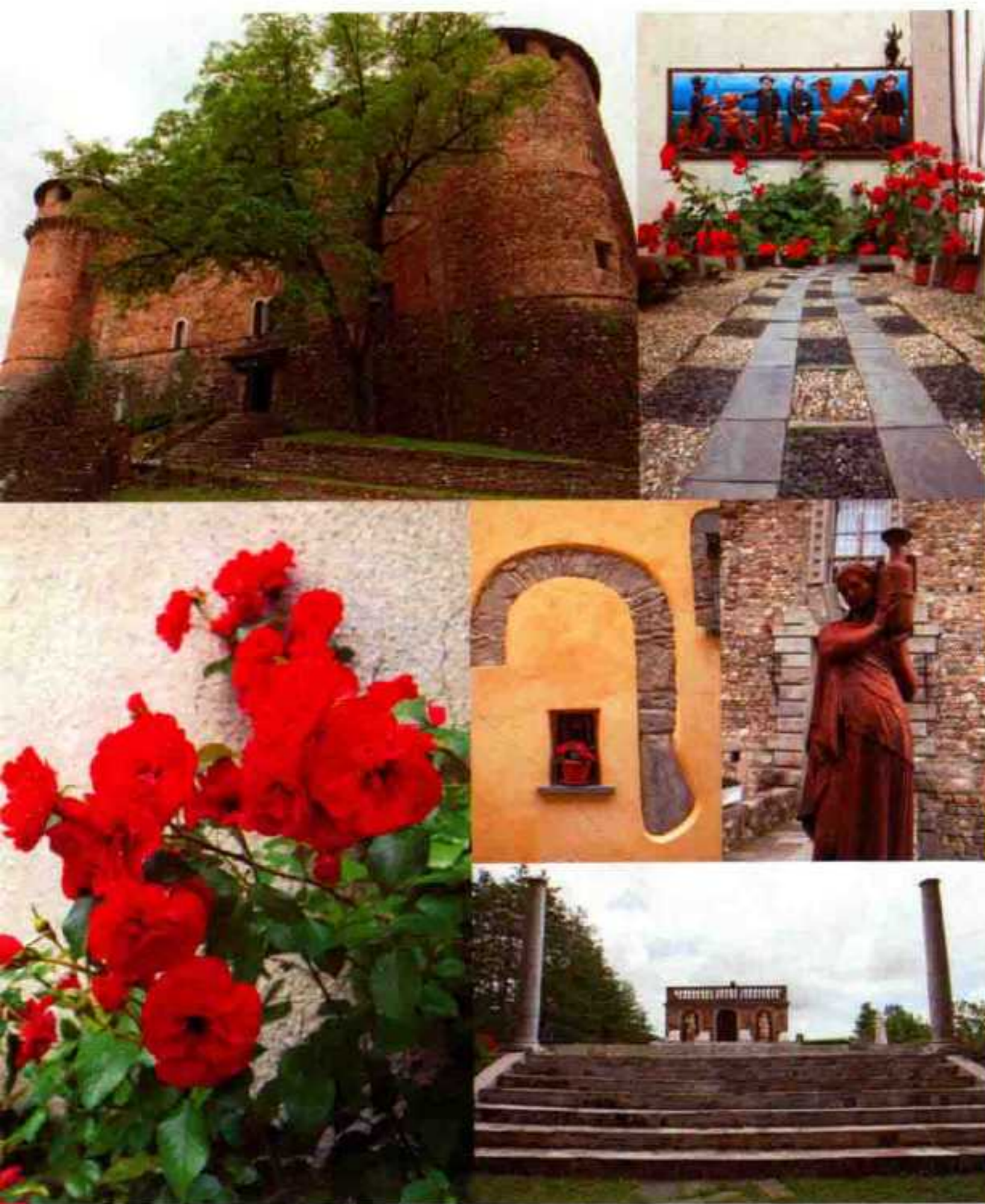
孔皮亚诺

Compiano



在文艺复兴时期繁荣一时
至今依然保留
当时建筑的村庄

814年，孔皮亚诺作为卡洛林王朝守卫塔拉谷上方的要塞诞生了。从13世纪开始，皇帝派的封建贵族——兰迪家族在这里统治了426年，这也是意大利历史上统治时间最长的领主家族。到了16世纪的文艺复兴时期，这里拥有了铸造货币的权利，村庄迎来了发展的顶峰。当时建造的城堡位于村中的高地，现在还能看到15世纪建造的圆塔、17至18世纪改建的城堡其他部分，以及包围城堡的外墙。



村中的石板路上有规则地铺着白色和黑色的石子，整体看起来，就像国际象棋的棋盘那样美观。到处盛开的红色蔷薇点缀着整座村庄。高地上有一座巨大的孔皮亚诺城堡，这座城堡是四星级酒店，还附设博物馆，不过我来的季节不对，这里没有开门。幸运的是，恰巧有一位老爷爷开着电动三轮车过来，对我说：“虽然里面很暗不能参观，但可以看看外面。”他特别为我开了门。走进去沿着墙边散步，可以慢慢欣赏大理石建造的气派庭院。



艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

菲乌马尔博

Fiumalbo

有着浓浓的凯尔特气息
可以鉴赏往日珍贵
雕刻的村庄

这是一座建立在山坡上的村庄，可以追溯到十分遥远的时代，当时凯尔特人在此居住。许多民居都在正面设置了有趣的辟邪雕像，可以在雕像上明显看出狼的脸和女性的脸。1418年建造的圣罗科祈祷堂里，还保存着1535年绘制的萨卡奇诺的壁画。



走上充满绿意的山道，视野突然开阔起来，眼前出现了这座村庄。分叉成V字形的河流夹着石砌的建筑物。这里大约生活着1300人。村庄的入口有一座建于16世纪的圣罗科祈祷堂，还有一条路，通向村中央的广场。被雨淋湿成黑色的路面，将民居外墙的柔和色调衬托得更加清楚。我来到圣巴多罗买教堂前，刚好有事来这里的大叔说，可以进里面慢慢参观，帮我开了门。这座身处山中的村子或许不太为人所知，我在这里游览期间，没有看到其他的游客。







艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

圣乔瓦尼 - 因马里尼亚诺

San Giovanni
in Marignano



被 15 世纪建造的坚固城墙包围 保留着珍贵雕像的村庄

曾支配这里的马拉泰斯塔家族，为了保护收获的粮食，建造了城墙和高塔。现在人们看到的城墙，是 15 世纪由菲利波·布鲁内莱斯基于建造的。圣伯多禄教堂中有尼科洛·荣迪内利绘制的《手持十字架的基督》，还有雕刻家多梅尼科·塔基尼 1754 年制作的主祭坛。马萨里剧院以前是一座教堂，从 1821 年开始才改为剧院。



穿过钟塔下的大门进入村中，可以看到许多外墙涂成橘色的建筑物；在这里散步，仿佛连心都温暖了起来。我在蔬果店前看着当地的蔬菜时，店主前来搭话，告诉我说下个月村中会举行祭典，一定要回来看看。参观过圣伯多禄教堂和奥斯贝达雷教堂之后，我来到小巷里散步。看到了一家气氛不错的餐厅，但现在是早晨，还没开始营业。



艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

圣莱奥

San Leo

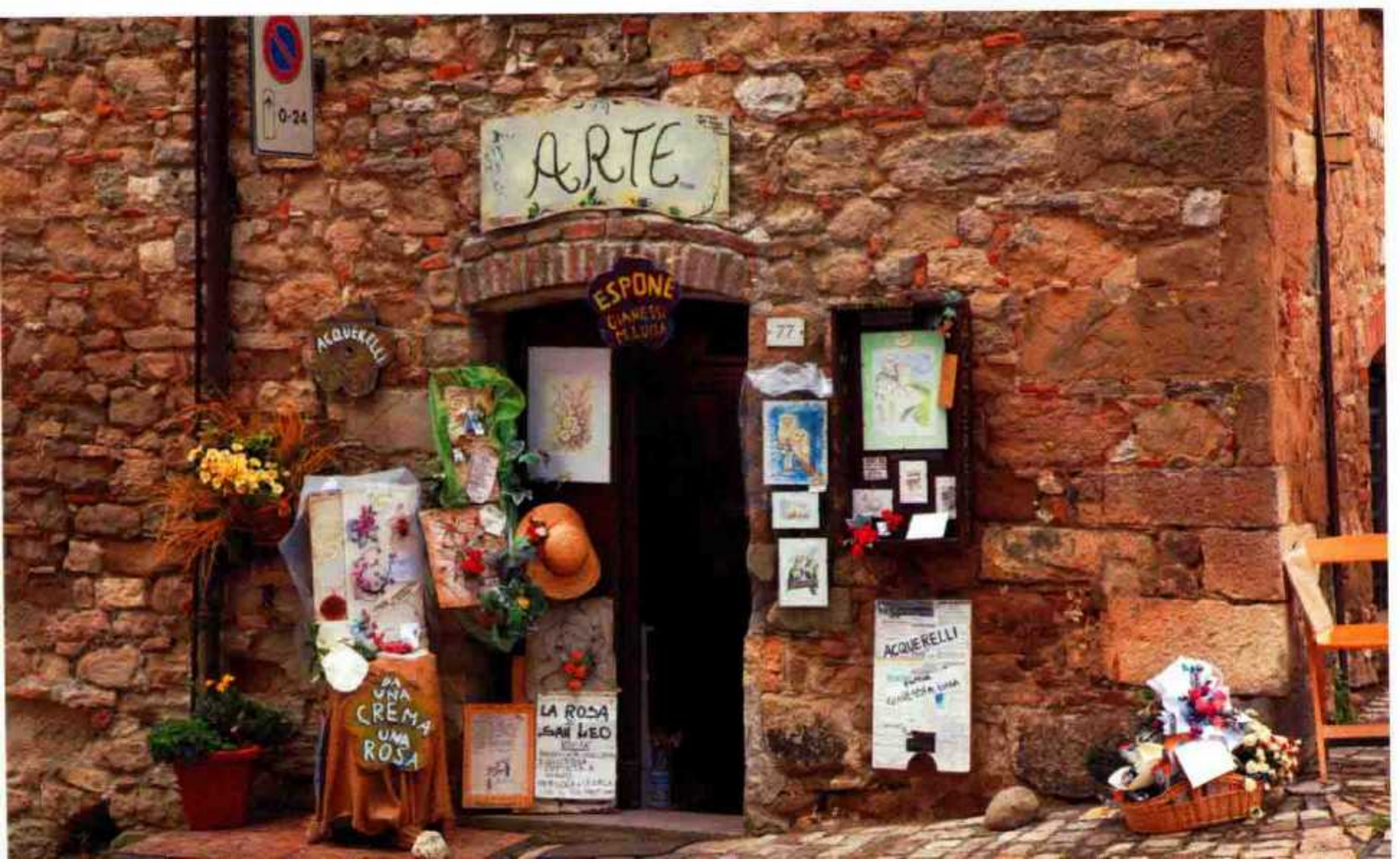


与圣方济各有着深厚渊源
受不落的要塞保护的村庄

这里拥有固若金汤的圣莱奥要塞。文艺复兴时期，在乌尔比诺公爵的统治下，圣莱奥要塞以不落的要塞闻名。这座要塞位于600米高的位置，可以俯视马雷基亚河，还能眺望到远处的大海。13世纪建造的纳尔迪尼家族的宅邸，因1213年圣方济各在此留宿而出名。传说，这里的圣丁耶修道院也是由圣方济各建立的。附近有一棵古老的榆树，据说圣人曾在树下传教。



有着巨大喷水池的L形广场上铺着密密麻麻的石子，村中的建筑物一楼大多是土特产店、艺术品店、餐厅、酒吧等。11世纪建造的圣母升天教堂的门开着，红褐色砖块堆叠起来的教堂内部略显灰暗，在黄色灯光笼罩下，祭坛看起来仿佛漂浮着。我走进一家餐厅，吃了蘑菇拌意大利宽面条。之后到位于悬崖上的圣莱奥要塞，购买了8欧元的门票进去参观。由于里面展示了过去在战场上使用的枪等武器，城内的气氛显得较为凝重。



艾米利亚 - 罗马涅大区

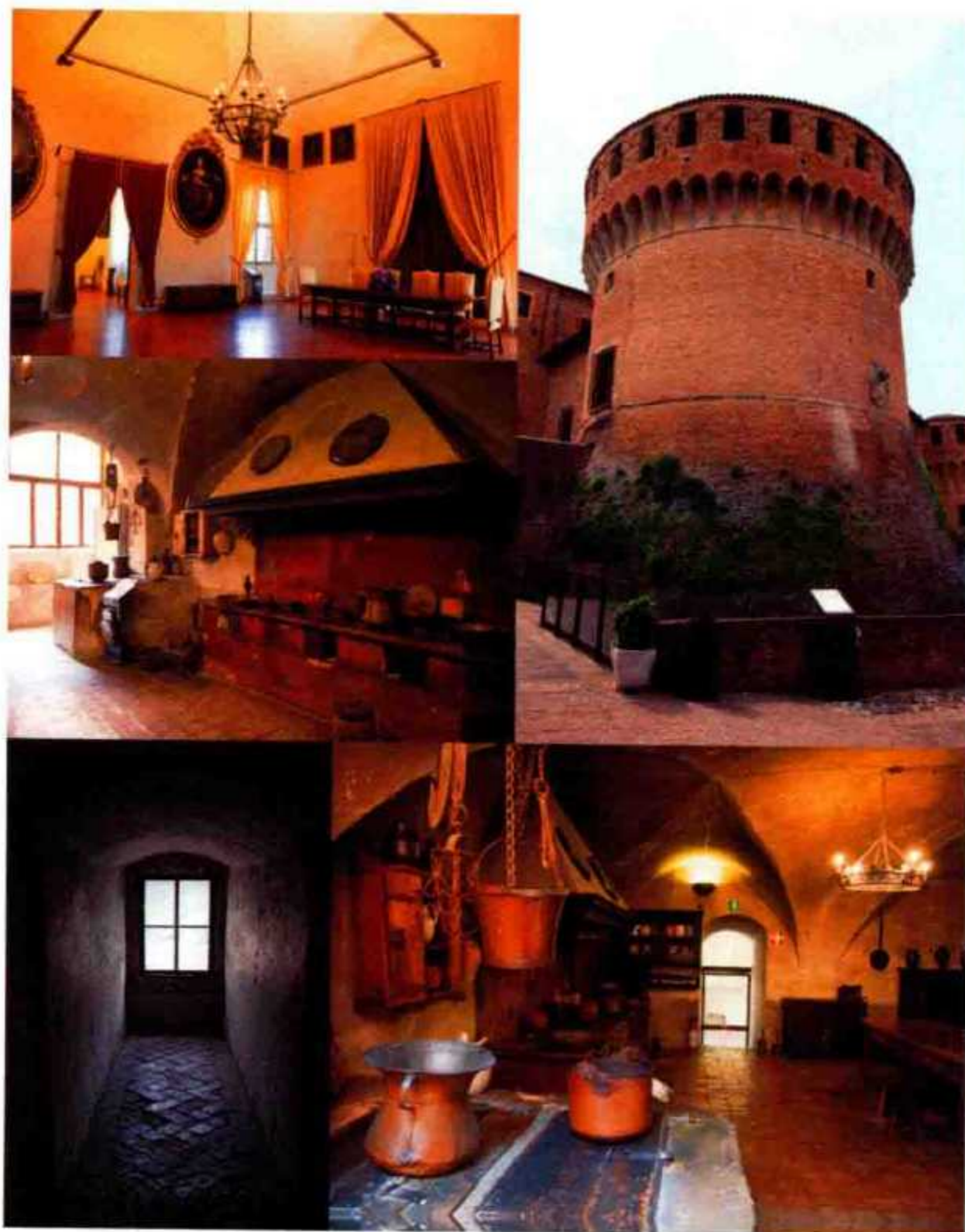
Emilia Romagna

多扎

Dozza

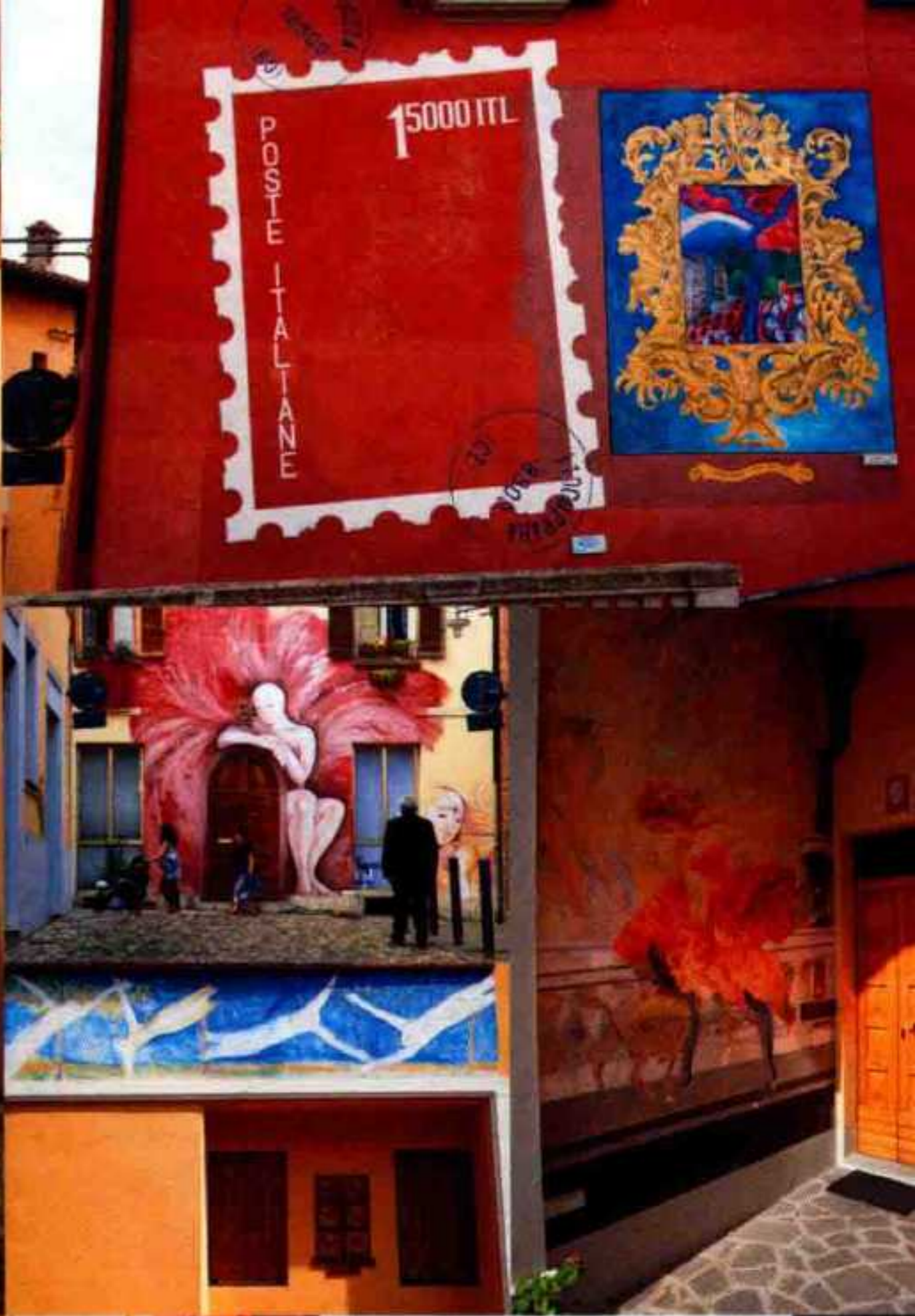
领主一族虽已灭亡 但保留了 丰富文化遗产的村庄

威严的斯福尔扎要塞与自然景色和民居等融为一体，并不显得突兀。过去的领主麦尔韦茨·肯佩奇家族于16世纪将要塞改造成了宅邸，直到1960年最后的子孙去世，整个家族都在这里生活。现在，这座宅邸向民众公开，人们可以参观其中的生活用品，还有美术馆和大区的酒窖。另外，村里家家户户的外墙上都有现代派的绘画作品，以这些为基础的双年展（意大利语中的一个词，指两年一届的重要艺术展览——译注）在这个地区非常有名。在蓝天下，一边欣赏这些作品一边散步，非常享受。



穿过大门进入村中的一瞬间，我就深深地震惊了。民居的墙壁上有着非常多的画作，每一幅作品似乎都出自不同的画家之手。整座村庄能成为一个“美术馆”，一定与村民的共同努力息息相关。我一边欣赏画作，一边在主干道上慢慢走着，不一会儿就看到了有着巨大圆筒形高塔的斯福尔扎要塞。我花5欧元购买了门票，来到里面参观。各个房间都摆放着中世纪的生活用品，让人不禁想象当时的生活情景。返回时我走了小巷子，依然在每家每户的墙上都能看到画作。有一幅画的是武家的家臣和写有“龙”字的风筝，也许是以日本文化为元素绘制的。





布里西盖拉

Brisighella

每当支配者更迭便会强化防御
能感受到村民生活气息的村庄

蒙帝奇诺圣殿、钟塔和城堡，背靠着岩壁上的三块大岩石。这座村庄在防御外敌的城堡脚下诞生，每当支配者更迭的时候，这里的守备就会更加牢固。16世纪初，这里一度被切萨雷·波吉亚占领，之后归威尼斯共和国统治，再后来，并入了教皇支配的区域……经历了一系列激荡的历史。12世纪至13世纪建造的高架道路被称作“罗巴大道”，即使在世界范围内，也非常罕见，周边还有温泉。

小巷两旁相连而立的建筑物，外墙的色调都很柔和。墙壁似乎承受不了建筑的重量，有些微微向外凸出，让人感受到了数百年时光的流逝。在一家小小的自行车店前面，几个年轻人正在为二手自行车讨价还价。我登上超过300级的陡峭石阶，来到悬崖上孤零零矗立着的钟塔。这里可以将村庄景色尽收眼底，还能眺望对面悬崖上的城堡和教堂。高架道路“罗巴大道”不知位于何处，在我寻找的时候倒是发现，刚进入村庄时看到的建筑物的二楼，原来是条回廊。





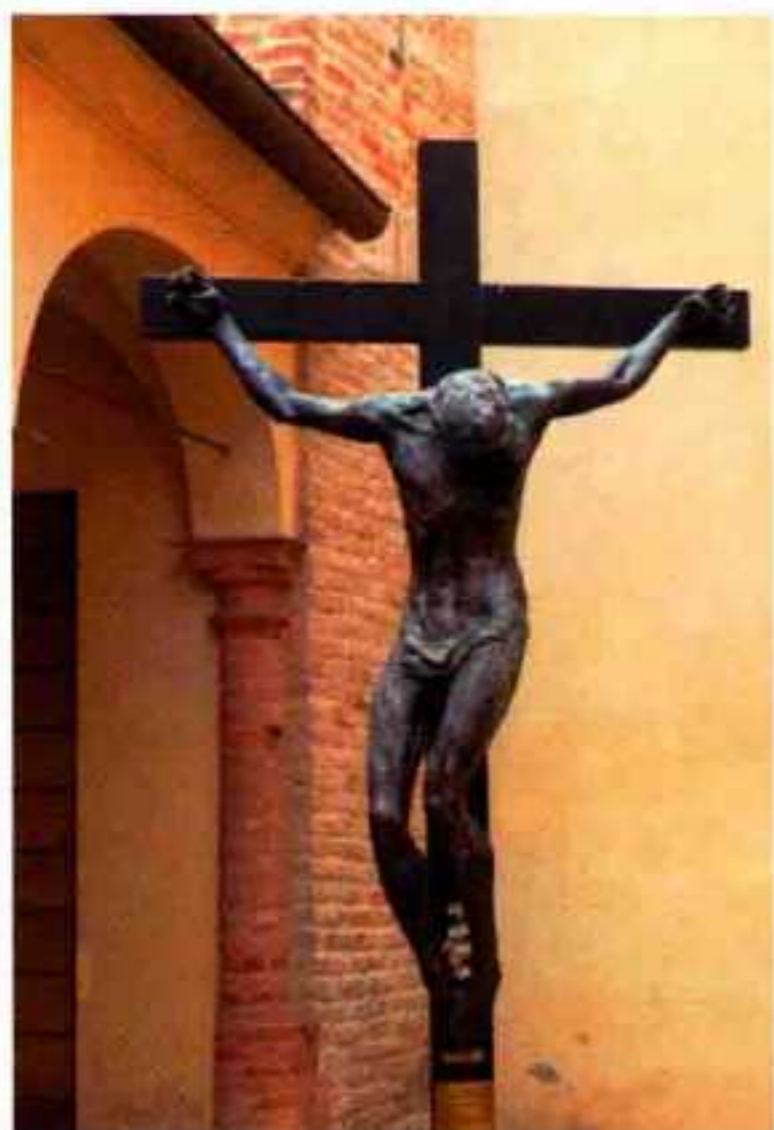
丰塔内拉托

Fontanellato



感受文艺复兴时期的贵族文化 充满优雅氛围的村庄

圣维塔雷城堡是这座村庄的中心，也是文艺复兴时期的宫廷。城堡外墙装饰着拱门，并被护城河包围。这里以前是军队的基地，却也能让人感受到贵族阶级的优雅氛围。外墙建于1386年，呈四角形的城堡则是15世纪前半叶才逐渐成形。城堡内一个名为狄安娜和阿克泰翁的房间里，有着文艺复兴时期的杰作之一，1524年由帕尔米贾尼诺绘制的壁画。另外，村庄周边的地区是帕马森干酪的名产地。



穿过装饰着萨菲尼亚花的门，走10米左右，便能到达广场。这里有巨大的圣维塔雷城堡，周围环绕着深深的护城河。只能在入口附近参观，绘制在大门的顶部的纹章壁画十分精美。附近有圣母升天礼拜堂和圣十字教堂，离村庄中心稍远的地方还有玫瑰圣母圣殿，外墙中放置着几座圣人的雕像，显得庄严肃穆。



艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

维哥雷诺

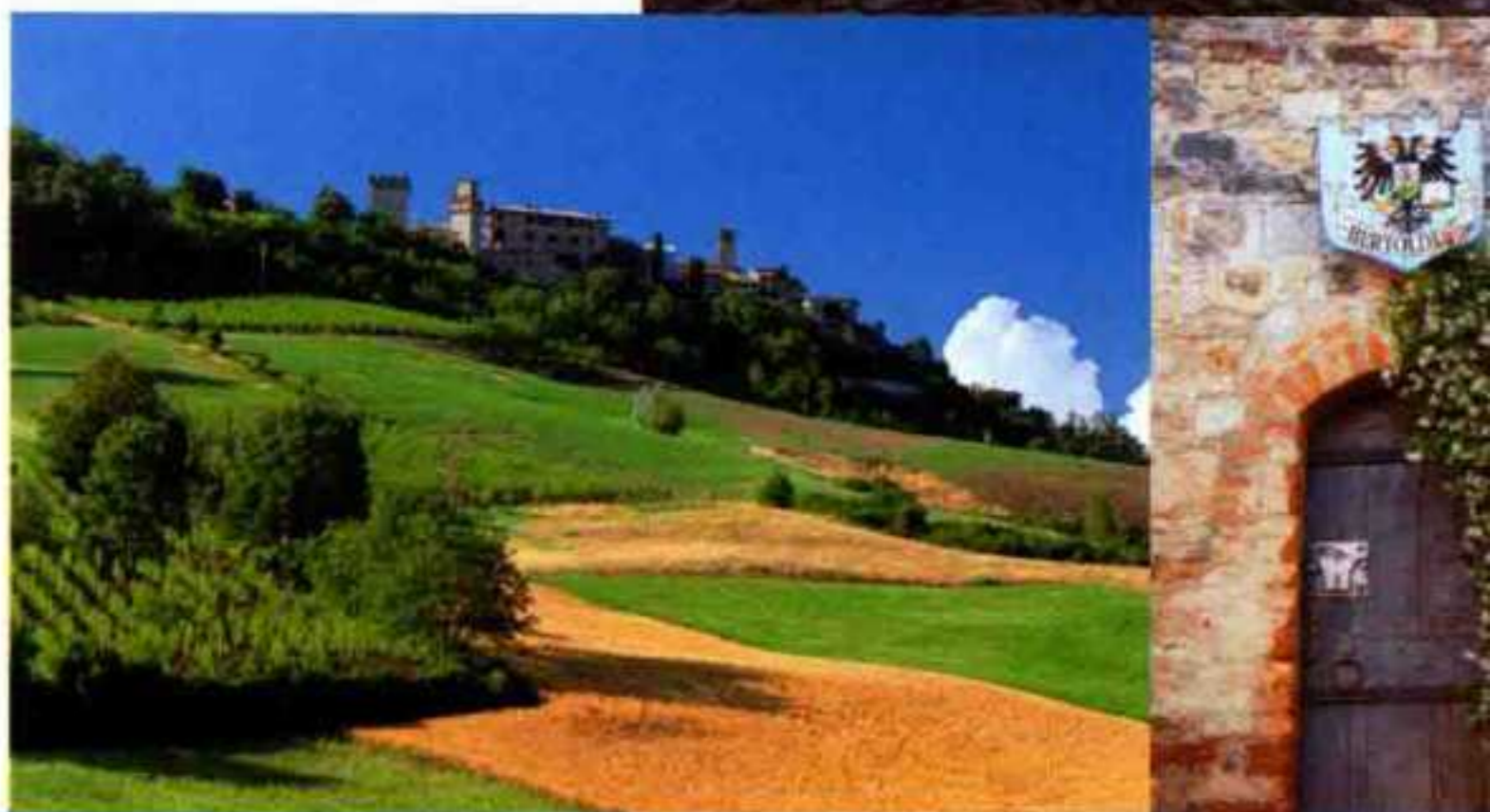
Vigoleno



美丽的高塔和喷泉 让人仿佛回到过去 位于城墙内部的村庄

维哥雷诺是韦尔纳斯卡市的一座村落，从构造来看，也可以称为城堡中的村庄。包围着村庄的城墙的转弯处、城垛的装饰，还有高塔的精致度，都令人着迷。村中有一座斯科蒂伯爵在16世纪建的喷水池，见证着村庄的历史。方塔纳广场东侧的喷泉，地下有水槽，里面的水供居住在城堡中的人们使用。中世纪的村庄实际上是城墙内形成的完整社会，维哥雷诺能让人体会到这一点。

沿着通往丘陵的狭窄道路向上走去，可以看到仿佛覆盖整个高地的城墙。穿过门进入其中，能看到建有喷水池的广场，周围是一些石砌的民居和教堂。在村里看不到一辆汽车，让人有种迷失在中世纪村庄里的错觉，怪不得这里经常被选为电影的拍摄地。我花3.5欧元买了门票，进入维哥雷诺城堡里参观。接待处的大叔说今天想5点准时关门，让我参观10分钟就出来。出了城堡后，我沿着小路走到村子另一侧，在这里可以远望一片广阔无垠的葡萄园。





艾米利亚 - 罗马涅大区

Emilia Romagna

蒙特格里多尔福

Montegrolfo

曾被贵族统治，卷入权势之争
保留美术杰作的村庄

这座村庄过去曾被马拉泰斯塔家族、蒙特费尔特罗家族、波吉亚家族等有权有势的贵族统治，还曾卷入威尼斯和教会的权力之争。1427年建造的圣洛克教堂中，可以看到17世纪的代表画家之一——圭多·卡格纳希的作品《圣洛克、圣哈辛托和圣塞巴斯蒂安崇拜圣母子像》，这里还保留了15世纪的壁画。从村子的高处，可以眺望远处的海。



这是一座10分钟就可以逛完一圈的小村庄，入口处有扇外形俏皮的门。村中的建筑物使用了亮色的砖块，到处都能看见红色的遮阳布和窗帘，形成了可爱的点缀。“你好！”在院子里玩耍的孩子们向我打招呼。我在小路上遇到一家餐厅，跟服务员说想吃当地的菜肴，于是品尝到了用西红柿、罗勒、培根拌的细宽面。面条非常有嚼劲，盐和橄榄油将食材的鲜味凸显出来，非常美味。

蒙特菲奥雷孔卡

Montefiore Conca

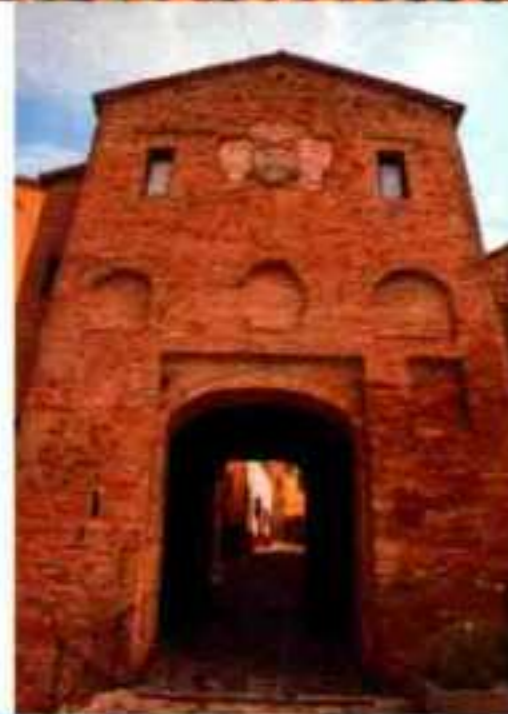


保留了 13 世纪统治此地的 马拉泰斯塔家族的面貌

马拉泰斯塔城堡是蒙特菲奥雷·孔卡的标志性建筑，广阔的占地面积彰显了 13 至 15 世纪期间，支配这一带的马拉泰斯塔家族的强大力量。城堡现在依旧保持着 14 世纪的原貌，几乎没有什么改变。村中保存着许多重要的文化遗产，有圣保罗教堂的哥特式大门、里米尼派的十字架、贝尔纳尔迪诺·多尔切在 15 世纪绘制的圣母子像，还有鲁茨奥·多尔切在 16 世纪绘制的怜悯圣母像等。



过去从属于威尼托共和国的这座村庄，位置在圣马可共和国的附近。最先映入我眼帘的是，建于高地的巨大的马拉泰斯塔城堡。大门附近有问讯处，里面的女性工作人员对我的到来感到非常高兴，不仅给了我地图，还送了我一堆观光小册子。我到她推荐的教堂参观了一下，点着温暖灯光的圣保罗教堂、有着横躺的耶稣雕像的奥斯贝达雷教堂都让我十分感动。我还看到一座可爱的建筑物，里面有家艺术品店，销售的是陶艺作品。



Toscana

托斯卡纳大区

中部



托斯卡纳大区

Toscana

安吉亚里

Anghiari

出现在达芬奇绘制的壁画中
曾是佛罗伦萨共和国
城市的村庄

列奥纳多·达·芬奇在佛罗伦萨的维奇奥宫绘制，被称为消失的壁画的作品，便是以1440年6月在安吉亚里发生的战斗为主题。这座村庄从1385年起，作为佛罗伦萨共和国的一座城市发展起来。普雷托里奥宫曾是领主和来自佛罗伦萨的代理人的住处，装饰着历代领主家族纹章式样的素烧陶器和石块，拱廊内部还保留了巨幅壁画。



这座可以称为城镇的大村庄建在山丘的斜坡，主干道两旁的民居随着地势升高而呈现阶梯状。尽管是工作日，广场上还是有許多贩卖肉类、奶酪、鲜花、衣服、挎包等物品的摊子，当地人正在热闹地购物。有位老爷爷仔细看了10分钟的肉，结果什么都没买。一走进小巷子，突然就安静了下来。虽然也有卖水果、花和杂货的商店，但一个客人都没有。我在古董店的橱窗外欣赏商品时，店主出声邀请我进店里随意拍照。





托斯卡纳大区

Toscana

斯卡尔佩里亚

Scarperia e San Piero

从中世纪开始便以刀剑名产地
为人熟知的村庄

由于这座村庄位于亚平宁山脉的山脚下，因此被人们取了以“鞋（SCARPA）”为语源的名字。这座村庄是刀剑的名产地，从中世纪开始工匠业就非常繁荣。从小小的刀子到被贵族当成艺术品的剑，各种各样的刀具可以在这里订制。位于村庄中心的维卡利宫是以14世纪的建筑物为基础建造的，还兼具要塞的功能。除了刀剑方面的收藏品之外，村中还保留了基兰达奥工作室在1554年绘制的《荣耀圣母与圣徒》，以及德拉·罗比亚工作室的作品。

从村庄入口通往广场的路上，有许多商店连在一起，多数是食品店、衣料店等，和当地生活紧密相关的商店，其中也有两家刀具店。由于正处在午睡时段，两家店都关门休息了，我想下次来造访这座村子的时候，一定要见一下制作刀具的匠人们。充满阳光的广场上，圣雅各伯圣斐理伯教堂和维卡利宫相对而立。宫殿的外墙上嵌着许多雕刻有纹章的金属板，入口的天花板上还有精美的壁画。





村庄周围有茂密的树林。走在石板小路上时，我看到了建于 15 世纪的小小的圣母无原罪主教座堂。只摆了六张长椅的神圣空间中，灰泥质的祭坛以壁画为背景，周围还有六座天使雕像。夏季的阳光十分强烈，我不得不戴上帽子。我在广场上的长椅乘凉时，正在进行道路施工的大叔说“有个东西想给你这游客看一看”，然后带我走进了小巷子。大叔指着某片墙壁说“就是那个”，我定睛一看，原来墙壁里嵌着一座小小的圣人像雕像。

托斯卡纳大区

Toscana

圣卡夏诺德伊巴尼

San Casciano dei Bagni



继承 2000 年前的人浴习惯，现在还能在度假村中享受温泉的村庄

村庄名字中的“巴尼 (Bagni)”指的是浴场。这里据说是欧洲水量第三大的温泉之乡，从公元前 5 世纪开始，就以伊特鲁里亚人的温泉地闻名。古罗马人继承了人浴的习惯，之后虽然由于基督教的影响中断过，但直到两千年后，这座村庄还拥有被称作“冯特沃德”的度假村，可以享受泡温泉的快乐。这里的圣母无原罪主教座堂中保存着 16 世纪后半，波马兰齐奥创作的珍贵壁画。



托斯卡纳大区

Toscana

索普拉自由堡

Castelfranco Piandiscò

保留着浓重佛罗伦萨共和国
色彩的古老村庄

这座村庄源自伊特鲁里亚时代，位于连接阿雷佐和菲耶索莱（佛罗伦萨）的古老大道沿线，在3世纪前后接受罗马帝国的统治。据说公元前217年，迦太基的汉尼拔也曾经经过这条道路，向罗马进军。从13世纪初开始，这座村庄附属于佛罗伦萨共和国，并建成了现在成为村庄中心的村务大楼，以及城墙和广场。村务大楼的会议室中还保存着“Madonna del Latte（哺乳圣母）”的壁画。

穿过挂着国旗的高塔进入村庄，中央是正方形的广场，道路从这里向着东南西北延伸出去。在路上能看到许多村民，人与人擦肩而过时，必然会停下脚步，打声招呼，这样的景象看起来十分暖心。在小巷的一角有一座教堂，据说从12世纪开始就在这里了。我经过时刚好做完礼拜，村民们陆续从教堂里走了出来。我走进还充满着温暖氛围的教堂内部，开始欣赏摆着小型风琴的祭坛，以及描绘圣人们的绘画。



托斯卡纳大区

Toscana

博恩孔文托

Buonconvento

上天赐予的富饶土壤
周围环绕着
美丽田园风景的村庄

这座被 15 世纪的壮观城墙所包围的村庄，位于阿尔比亚河和翁布罗内河的交汇处，是法兰契杰纳朝圣之路上的交通要冲。这座村庄拥有锡耶纳这个大市场，并因葡萄酒和大自然赐予的丰饶土壤发展起来。14 世纪建造的高塔旁的领主宅邸，正面拱门上装饰着 25 枚纹章。另外，全部由砖块砌成的塔雅宫是 18 世纪的建筑物，十分有魄力。村庄周围一派旖旎的田园风光，还可以在农舍民宿中品尝当地特产，简直是最棒的享受。



村中有一条当地人和游客聚集的热闹小街，还有许多小餐馆和酒吧。走在路上时，我刚好和从二楼窗户看向我的老奶奶眼神相对，互相打了招呼，还得到了建议：“从大门那边看村子的景色，可以拍到好看的照片。”我在问讯处拿到了观光小册子和地图，女性工作人员告诉我二楼有个美术馆。机会难得，我便买了 3.5 欧元的门票进去参观。这是个典雅的宗教美术馆，里面展示着许多关于基督教的绘画和雕刻。



托斯卡纳大区

Toscana

巴尔加

Barga



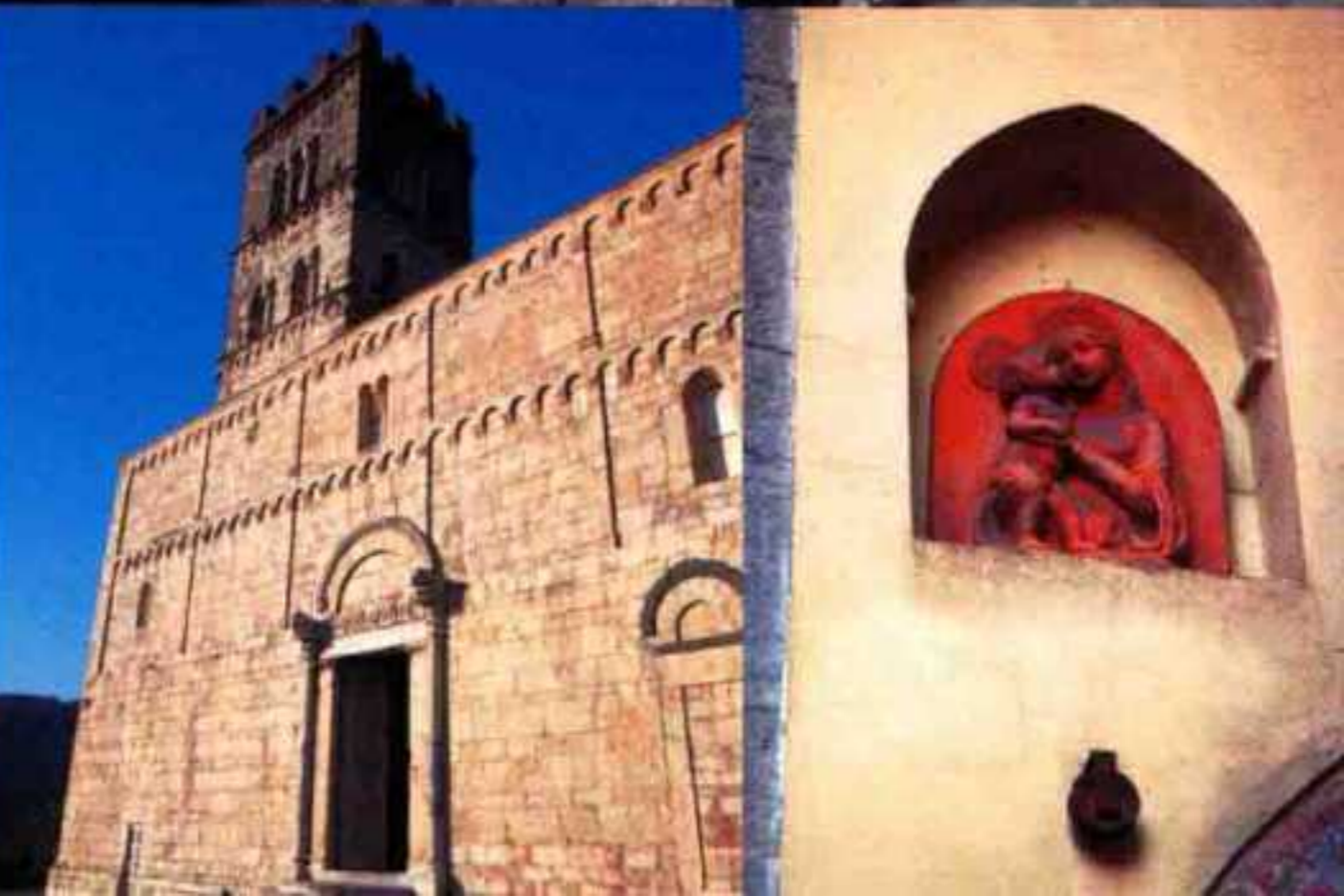
用石灰岩建造的米兰主教座堂 15 世纪的美丽祭坛绘画

巴尔加的历史可以追溯到古罗马时代，不过直到 12 世纪，这里才开始在佛罗伦萨的保护下发展起来。村中的建筑物几乎都是 12 至 14 世纪保留下来的，最高处有一座充满厚重感的米兰主教座堂。教堂外墙正面是罗曼式建筑风格，是 11 至 16 世纪间，用当地的粘土质石灰岩建造的。圣埃利萨贝塔音乐学校所在的建筑，以前是克拉丽塞修道院，里面保存着 15 世纪德拉·罗比亚工作室绘制的美丽祭坛画。



村中有许多坡道，我气喘吁吁地向上攀登，终于到达了圣克里斯托弗教堂。三身廊的构造让人感觉十分开阔，祭坛附近摆放着装饰有雕刻的演讲台。广场的视野很好，可以看到对面耸立的帕罗蒂纳山，这座山海拔有 1171 米。之后我来到小巷中的一家餐厅，品尝了以番茄酱为主的意大利宽面条。石桥前有一家三星级旅店，我在里面订了一个房间。这是家庭经营的旅店，店主和他的女儿都十分热情。当我介绍自己是摄影师后，店主还带领我到能一览村庄全景的顶楼阳台上拍照。









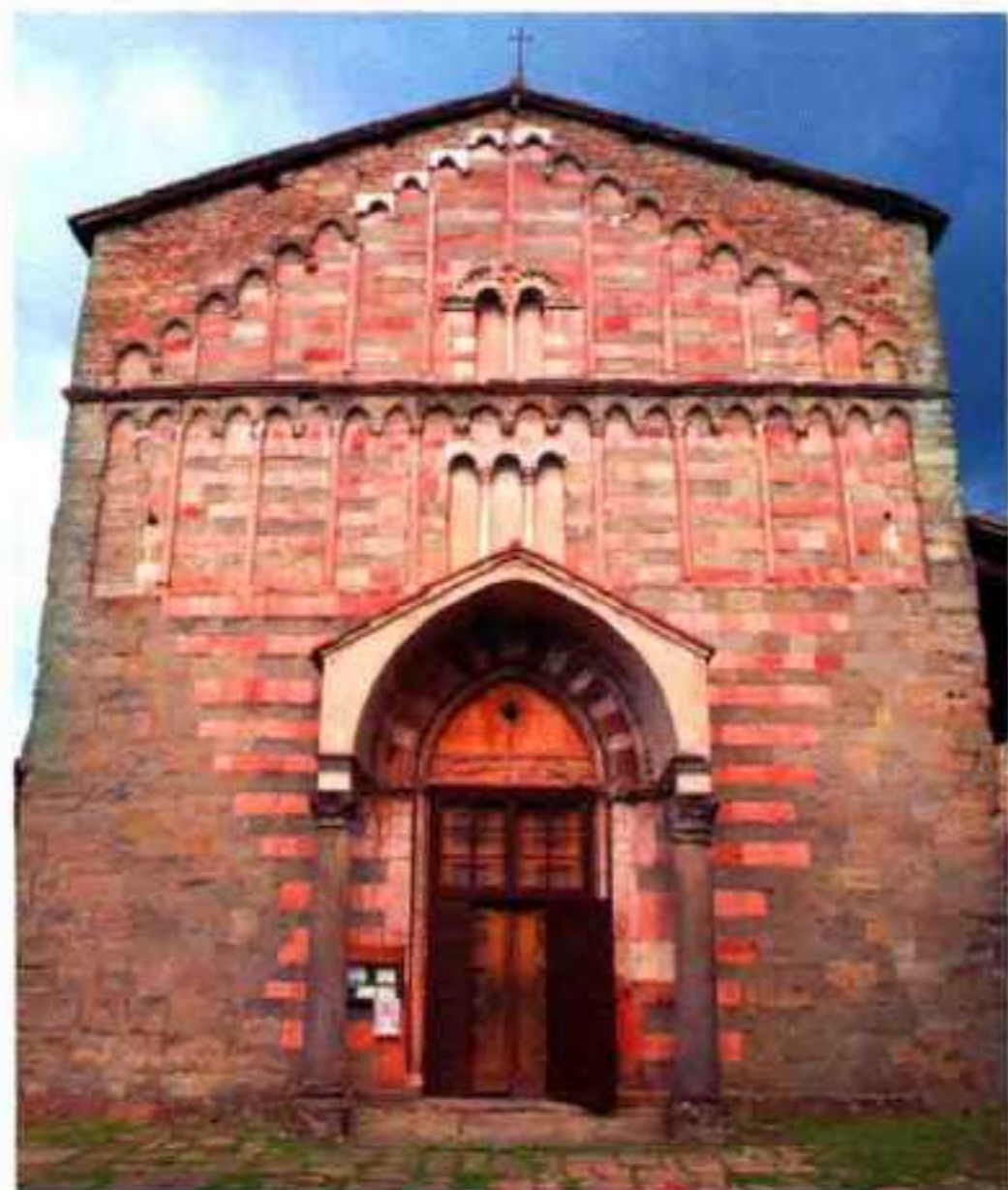
卡斯蒂廖内迪 加尔法尼亚纳

Castiglione di Garfagnana



罗马时代的城堡 值得参观的圣弥额尔教堂

罗马时代有人在这个地方建了城堡，由此慢慢演变成一座村庄。从 12 世纪开始，比萨、卢卡、摩德纳、佛罗伦萨等势力彼此争斗，为这座村庄刻下了历史。现在依然能看到的城墙是 1371 年新建的，和吊桥、瞭望塔一起构成了这座村庄的象征。村庄中心的圣弥额尔教堂非常引人注目，这座教堂在 1403 年接受了祝圣仪式。教堂正面外墙是哥特式后期的风格，使用了红色和白色的大理石，内部还保存了朱利亚诺·德·西蒙内的《圣母子》等珍贵的艺术作品。



村庄的广场上聚集了许多村民。村中有一个问讯处，那里的女性工作人员给了我一份地图，我先通过小巷子，来到圣弥额尔教堂参观。外墙上大理石看起来仿佛随时要掉落的样子，能让人感受到这座教堂经历的漫长岁月。当我走到城墙的入口时，正巧碰上了刚才的工作人员。她说现在有漫步城墙的活动，我一听就马上参加了。城墙的最高位置视野非常好，可以眺望周边广阔的牧场风景，以及村庄背后绵延的托斯卡纳山。由于村中没有旅馆，我在车程五分钟左右的地方找到一家旅店，花了 50 欧元住了一晚。





托斯卡纳大区

Toscana

科雷利亚 安泰尔米内利 Coreglia Antelminelli

紧依群山而建
美丽街景受到
许多艺术家喜爱的村庄

这是一座背对亚平宁托斯科-埃米利亚诺山脉，前方则能一望阿普安山脉和瑟奇欧山谷的村庄。1883年在这里创设了造型设计学校，许多艺术家和诗人、学者，都热爱着这里的街景。现在，村中还会举办文学、童话、雕刻比赛。圣弥额尔教堂建于公元1000年左右，其钟楼是以前的城堡和高塔改建的。1400年的木质磔刑雕像非常精美，可以从中看出德国雕刻风格的影响。



登上山道后，视野突然变得开阔，村庄的全景仿佛明信片上的画映入了眼帘。村里非常安静，我在大路上散步时没有遇到任何村民，也没找到一家餐厅。我一边欣赏摆在古董商店橱窗里和道路旁边的雕像，一边沿着石板路散步，来到有着气派钟楼的圣弥额尔教堂。从这里折返后，我在小巷中看到一座种着许多秋海棠和玫瑰花，设计也十分精致的院子。坐在椅子上看报纸的这家主人很高兴，对我说：“谢谢你给我的院子拍照。”



托斯卡纳大区

Toscana

蒙泰斯库达伊奥

Montescudaio



位于“持盾之山”
四周环绕着城墙
以葡萄酒闻名的村庄

蒙泰斯库达伊奥位于切奇纳山谷的山丘缓坡上，可以将利古里亚海和海上的小岛尽收眼底。村庄周围的城墙，最高处有 15 米高。“蒙泰斯库达伊奥”源自“持盾之山”，充分证明了这座村庄的战略意义。1479 年，因为发生了同普蒂尼亚诺的战争，城堡遭到了破坏，1846 年，这里又因地震再次受灾。在村民的努力和托斯卡纳大公国的援助下，历经 10 年，村庄再次得以重建。和村庄同名的葡萄酒，非常有名。

在延伸至葡萄田的道路上行走时，微微凸起的山丘上出现了一座小小的村庄。仿佛被托斯卡纳炫目的阳光渲染了一般，许多民居的外墙呈现橙色、亮黄色、象牙色等明亮的颜色。大门和窗户周围装饰着花朵，还有一些民居前摆放着巨大的橄榄树盆栽，给散步增添了不少乐趣。登上台阶来到村庄最高处，视野突然变得十分开阔，可以看到周围 180 度的风景。圣母升天教堂正在大规模修缮，整座建筑物被脚手架和防护网包裹着。不知道这座村庄的标志性建筑物会以怎样的姿态重生呢？这给我下次造访这座村庄增添了一项期待。



托斯卡纳大区

Toscana

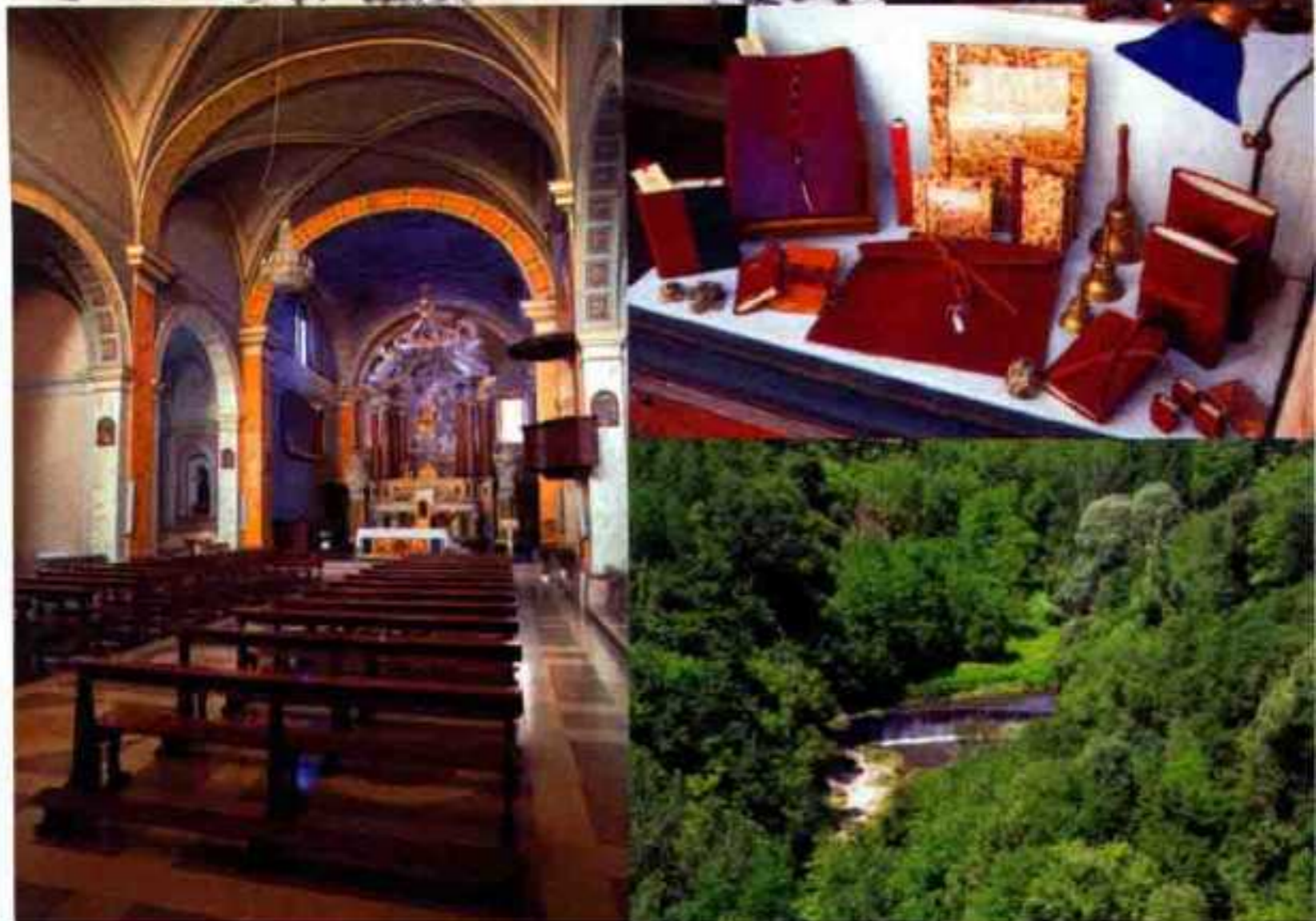
皮蒂利亚诺

Pitigliano



新石器时代便有人类足迹 拥有漫长历史的村庄

拥有“凝灰岩文明”之称的皮蒂利亚诺，耸立在岩石上的姿态令人叹为观止。在新石器时代，这里就留下了人类的足迹。公元前8世纪的伊特鲁里亚和古罗马时代的建筑物保留至今，1188年，这里作为伯爵所有的要塞城市被记录在册。在1313年的文献中，奥尔西尼家族作为村庄的领主登上历史舞台，并带领村庄在很长时间内保持着繁荣发展。如今还能看到许多与奥尔西尼家族有关的纪念碑。



驱车在田间道路上行驶了一阵子之后，视野突然开阔起来，村庄的全景映入眼帘。由于许多土黄色的建筑物聚集在一起，整座村庄看起来就像干燥大地上耸立着的巨大要塞。虽然我觉得这座村庄应该已经成为景点，但村里各处都显得非常平凡。主干道上的葡萄酒店、古董店、革制品店等，看起来都是面向当地居民的。村庄中央有一座附带巨大钟楼的圣彼得和圣保罗大教堂，祭坛上摆放着精致的雕刻和圣人雕像，教堂里没有著华之感，村民们朴素的生活，似乎原汁原味地融入到了这用于祈祷的神圣之地中。









托斯卡纳大区

Toscana

吉廖堡

Giglio Castello

村民们时常经历
与海盗战斗的日子
以美丽风景为傲的村庄

吉廖堡是第勒尼安海的吉廖岛上的一座村庄，公元前8世纪，伊特鲁里亚人在这里寻找铁矿石，村落也开始逐渐成型。吉廖港的景色，就像油画般美丽。历史上，这里经常遭遇海盗的侵扰，1544年，甚至发生了700位村民被海盗掳走的悲剧。现在依然包围着村子的坚实城墙，就是曾与海盗战斗的证明。吉廖城堡位于村庄最高处，从这里沿着小路继续走，还能看到残留着12世纪面貌的阿尔多波德斯卡城堡。



在海上航行40分钟左右，就能到达吉廖岛，再从港口开车10分钟左右，就可以到达位于山上的这座村庄。虽然这里是著名的观光地，但土特产店和餐厅意外地少。小巷两旁密集地建着民居，多数房子都有通往二楼或三楼的长楼梯，还有一些民居墙上装饰着陶制品或绘画。虽然不能进入位于高处的吉廖城堡，但小巷角落的圣伯多禄使徒教堂可以自由参观。村庄入口附近有一家餐厅，我在里面吃到了虾配西葫芦的意大利马铃薯团。







主干道两旁是拱廊，走在里面，可以躲避夏季炎热的阳光，免去大汗淋漓的烦恼。耸立在高处的圭迪伯爵城堡对一般游客开放，可以进入内部参观。房间和楼梯旁墙上的朴素雕刻，以及礼拜堂墙壁上的壁画，让我一次次地惊叹。收藏了许多古书的莉莉安娜图书馆是其中的点睛之处，但不能拍照。我到附近的餐厅吃了生火腿和培根蛋酱意大利面，看到日本人，店主非常开心。在我离开时，他一直挥手，直到看不见我的身影。

托斯卡纳大区

Toscana

波皮

Poppi



拥有圭迪伯爵城堡和莉莉安娜图书馆等著名景点的村庄

这座村庄以雅致的圭迪伯爵城堡为中心，被城堡的城墙包围着。城堡建于13世纪，由著名建筑师家族迪·坎比奥家族设计，是作为佛罗伦萨维奇奥宫的预演而建造的。高塔从正面的两堵墙中间延伸而出，墙垛的装饰非常有特点。城堡里的莉莉安娜图书馆藏书两万五千册，还保存着贵重的抄本等古老书籍。城中礼拜堂的壁画也非常精美。







托斯卡纳大区

Toscana

索瓦纳

Sovana

伊特鲁里亚文明的代表

保留凝灰岩遗迹和墓地的村庄

索瓦纳在 594 年成为奥尔杜布兰德斯奇家族的领地，935 年通过奥尔杜布兰德斯奇公爵的建设发展了起来。公爵的名字也留在了 11 世纪建造的城堡之中，这座城堡是中世纪防卫线的一部分。村庄中心的广场上耸立着 13 世纪的阿奇维奥宫和普雷托里奥宫等建筑物。大教堂伫立于村庄西端的凝灰岩悬崖上，几经修筑之后，已经变成了罗曼式和哥特式等不同年代建筑样式的混合。

村庄位于山谷之间，比较隐蔽。土特产店和酒吧、艺术品店的店主们都很清闲，等待着不知何时会来的客人。参观了奥尔杜布兰德斯卡要塞之后，我来到建于 12 世纪的罗曼式教堂——圣母大殿参观，祭坛上摆着巨大的圣礼容器。接下来，我来到村庄外面的圣彼得和圣保罗大教堂，这是座非常庄严的教堂。我询问门口的大叔门票需要多少钱，他说只要买书就可以免费进去。于是我买了一本这里的导游册子，进入里面参观。





村民们生活的地方旁边，就是幽深的山谷，村庄的北部和南部以拱形石桥连接。站在桥上，探出身子俯视，可以看到丘芬纳河从下面很深的地方流过。主干道上许多果蔬店、电器店、服装店、洗衣店等，与村民们的生活息息相关的商店。虽然街上有许多当地人，但没有看到一位游客。天空中有许多燕子在飞舞。我试着寻找通向悬崖下面的道路，结果没能找到。

托斯卡纳大区

Toscana

洛罗丘芬纳

Loro Ciuffenna



保留丘芬纳河畔 中世纪景色的村庄

横穿村庄的丘芬纳河，使这里出现了独特的景观。架在河上的中世纪拱桥、水车小屋，还有建筑物，仿佛都在讲述漫长的历史。村中依然保留着罗马时代后半，也就是5至6世纪建造的基督教初期的教堂。人们还在8至9世纪扩建的格罗平纳教堂中发现了一些墓碑，从上面雕刻的充满特色的十字架可以看出，这是伦巴第人建造的建筑物。伦巴第布教坛十分精美，825年刻于其上的雕刻保留至今。





托斯卡纳大区

Toscana

苏韦雷托

Suvereto



自由都市迎来繁荣时代 保留下许多壮观建筑的村庄

由于盛产橄榄和制作软木塞的橡树，奥尔杜布兰德斯奇在 12 世纪，将苏韦雷托定为附近村庄的中心，这里因此得到发展。村子的名字也来源于“软木塞”一词。1201 年，这里被认定为自由都市，得到自治的权力，并迎来黄金时代。现在的村中，依然保留着许多当时的建筑物，村务大楼和圣方济各修道院的前身就是在 13 世纪建造的。修道院中保存了精美的回廊。在村庄中最高的位置，还有一座奥尔杜布兰德斯奇城堡。

我一边望着一片盛开的向日葵田，一边走向村庄。进入村庄后，看到许多村民在路旁的长椅上乘凉。这里可能很少出现日本人，大家的视线都聚集到我身上，感觉有点不好意思。广场上种着枝干粗壮的椰子树，使这里看起来仿佛南国的度假胜地。开着土特产店和艺术品店的主干道上，有座小小的问讯处。平易近人的工作人员在地图上标出了他推荐的游览路线。我按照这路线走，先看到了圣儒斯定主教座堂。教堂里只有一座身廊，整个空间笼罩在温暖的黄色灯光中。







托斯卡纳大区

Toscana

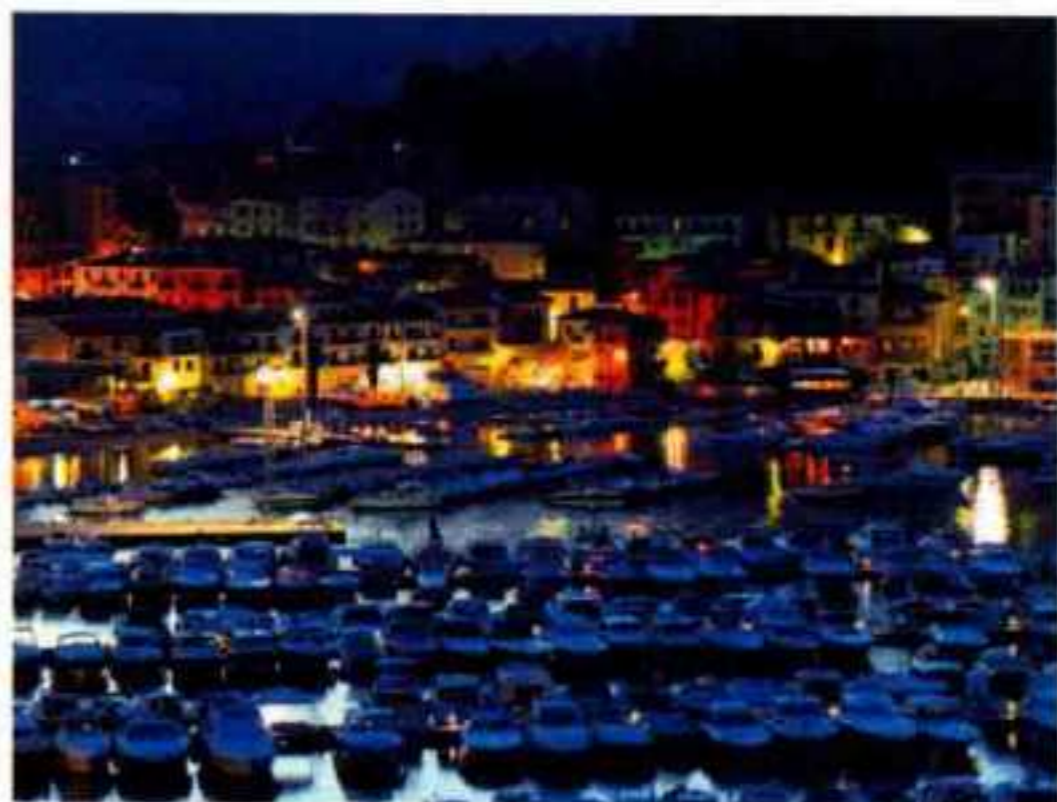
埃尔科莱港

Porto Ercole



有着长期被西班牙支配的历史
受到守护圣人埃拉斯莫保护的村庄

村庄的历史从伊特鲁里亚时代开始，在古罗马的统治下，这里建设了港口。自1296年奥尔杜布兰德斯奇公爵夫人主持建塔之后，埃尔科莱港逐渐加固了防御。曾卷入西班牙、法国、佛罗伦萨和锡耶纳的争端中，从16世纪下半叶开始，受到西班牙的统治。村庄的守护圣人埃拉斯莫，据说为拯救渔夫们，曾引发了令暴风雨平息的奇迹。每年6月，村中都会纪念这位圣人，用渔船进行祭拜活动。



整座村庄面朝海湾而建，栈桥周围停着许多渔船。海边开了好几家餐厅，许多家庭和情侣前来用餐。攀登了一会儿山道，我看到一家旅馆，并订了一个房间。从房间的阳台眺望的风景非常优美，傍晚和早晨的阳光美得让人心醉。村庄内部还有一处聚集古老建筑物的地方，半山腰有一座小小的巴洛克式圣伊拉斯莫教堂。第二天，我开车前往建在山顶的斯泰拉要塞一游。很遗憾不能进去参观，不过从山顶眺望海湾的景色，也是很棒的体验。







托斯卡纳大区

Toscana

切托纳

Cetona

时常被临近公国卷入动乱 拥有漫长历史的村庄

这座村庄历史悠久，可以追溯到公元前7世纪至公元前6世纪的伊特鲁里亚时代。小山丘的山顶有一座建于13世纪初的城堡，这也成为村庄发展和动乱的原因。1260年这里被奥尔维耶托共和国统治，后来又被锡耶纳和托斯卡纳大公国支配。建于12至13世纪的罗曼式圣三一参事会教堂，内部虽然较为朴素，但保留了15世纪时由宾杜里乔工作室创作的壁画。

由于这天是周日，广场上出现了许多小摊子，当地人正热闹地购买商品。贩卖新鲜蔬菜和水果的摊子非常有人气，顾客络绎不绝。我沿着小巷子走到村庄内部，一边欣赏民居窗户的形状和装饰的花朵，一边顺时针散步，来到了一处视野良好的高地。返回时不小心迷了路，正当我犹豫向左走还是向右走的时候，附近的民居中走出一位老婆婆，告诉我“广场往这边走”。可能她从刚才开始，就一直在观察我这个外来者。离开村庄时，我看到几位在广场上买完东西的村民，双手提着沉甸甸的袋子。



Marche

马尔凯大区



马尔凯大区

Marche

蒙多尔福

Mondolfo

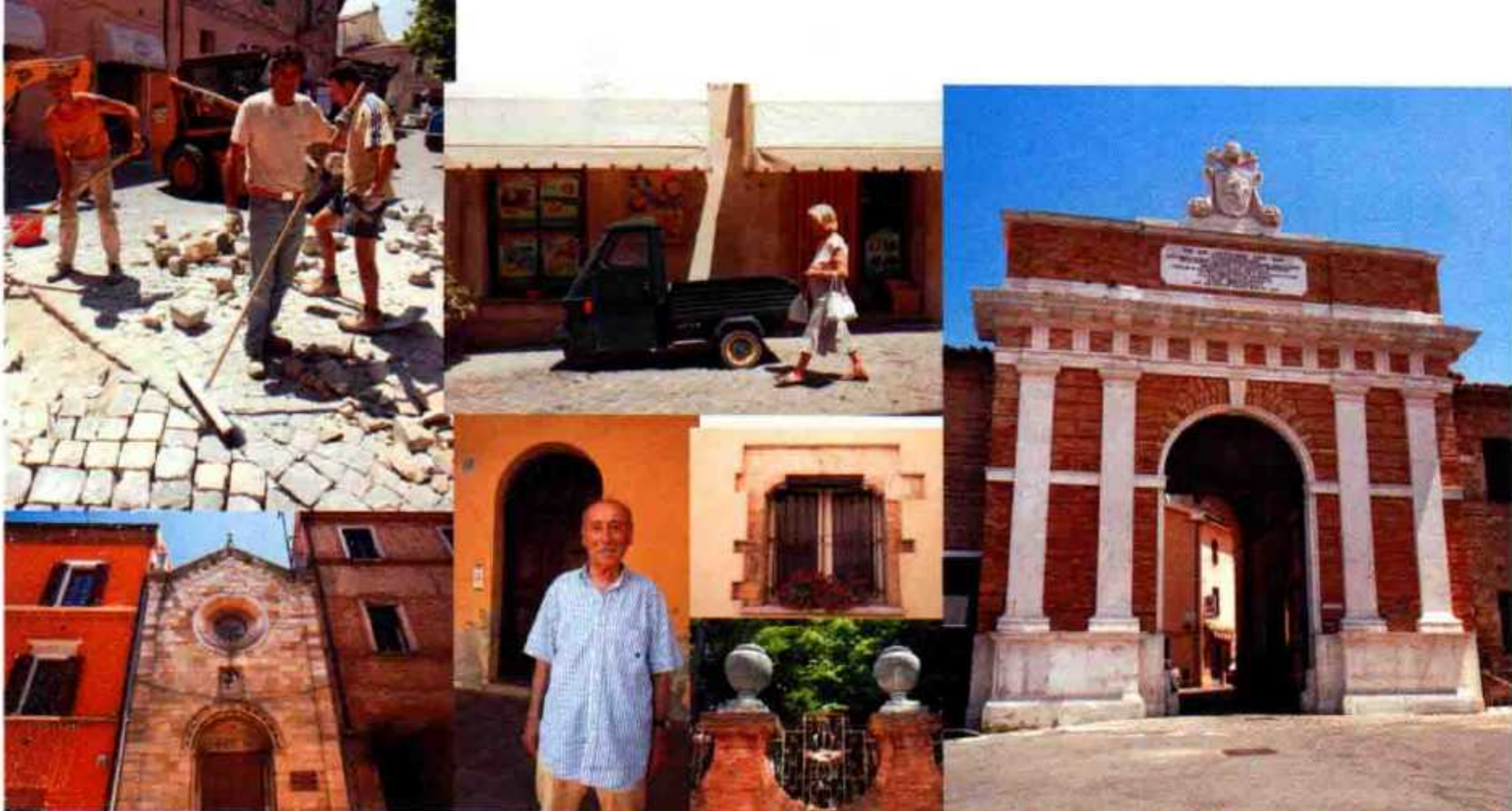
经历波澜壮阔的
历史后充满看点
不断新建房屋的村庄

蒙多尔福位于亚得里亚海附近，是一座被建于 1490 年的蛋形城墙包围的要塞都市。根据资料记载，村庄在 11 世纪，就已被城墙包围。直到 1631 年成为教皇领地为止，在 500 多年间，由于要塞都市的身份，这座村庄经历了波澜壮阔的历史。村务大楼曾在 1931 年因地震坍塌，不过人们一砖一瓦地将其重建了起来。圣杰尔瓦西奥保加利亚大修道院建于 5 世纪至 6 世纪，地下圣堂中摆放着拉韦纳的棺椁。



这座小村庄周围有着仿佛拒人于千里之外的高大城墙。沿着广场的阶梯攀登，前方是看起来像一座城堡的村务大楼，附近还有一些民居。供水塔形状的圆筒形建筑物非常引人注目。站在高地上，能看到民居的房顶和丘陵远方的亚得里亚海，风景美不胜收。城墙外侧有一条两旁都是现代化建筑的大路，圣玛利亚迪索戈索教堂伫立于路边一角。教堂内侧的走廊里装饰的几幅宗教绘画作品，以及回廊墙上的壁画，都非常典雅。





马尔凯大区

Marche

钦戈利

Cingoli



穿过气派的大门，沿着路旁建有商店的坡道向上攀登，便来到宽阔的广场。在拱廊前，一位老爷爷向我搭话，希望我拿手里的大相机为他拍张纪念照片。我说好了会把照片寄给他，但是他在纸上写的名字和地址很潦草，我没看明白。参观完建于 17 世纪的圣母升天教堂之后，沿着主干道向下走，路边历史悠久的民居、教堂和现代风格的建筑物比邻而建。有几个男人正在太阳下修建石板路，他们用大锤砸碎石块，一块一块地仔细铺在路面上。观看花样精美的石板路的诞生过程，也是非常有趣的体验。

工商业从 12 世纪开始发展
有着贵族文化气息的村庄

钦戈利在拉丁语中的意思是“从山的斜坡延伸出的大地”。这里在 12 世纪后半叶成为自由都市，手工业和商业都得到了发展。15 世纪后期，这里成为教皇领地，1829 年钦戈利贵族弗朗西斯·萨韦里奥·卡斯蒂格里奥尼晋升为教皇，被冠以庇护八世之名。波利塞纳地区还保留着卡斯蒂格里奥尼家的城堡，这也是庇护八世诞生的城堡。钦戈利的村务大楼据说建于 12 世纪，是村中最古老的建筑物。

马尔凯大区

Marche

科里纳尔多

Corinaldo

壮观的城门城墙和
斜坡地带独特的景色
独具魅力的村庄

村庄位于安科纳和乌尔比诺之间的丘陵地带，容易让人联想起这里在历史上所处的战略背景。壮观的城门连着城墙，长度超过1公里，高塔则是保留了15世纪时的形态。斯佩罗内塔呈五角形，高度达18米。另外，思科尔迪卡托雷塔的高度也达到了城墙以上15米的地方。村庄的中心部地形倾斜，有着超过100级台阶的大阶梯，还有密集而建的红砖民居。艺术与宗教结合，充满中世纪情怀的街景，吸引了许多来访者。



村庄外广阔的牧场和延绵的丘陵风光十分美丽。一边望着城墙，一边走进村里，可以看到色彩和形状富有统一感的民居一座座相连。天空中有许多燕子飞来飞去。村中许多地方都有很陡的阶梯，可以一口气走到村庄的最低处。两座教堂的其中之一在翻修，男人们满身灰尘地在打磨外墙，看着这场景，使人深感维护这种历史悠久的建筑物的辛苦。我到建于14世纪的圣方济各教堂参观，教堂内部的淡淡奶油色墙壁有种清凉感，让人忘记了夏季的炎热。另外，我在这座村庄里没看到餐厅。









马尔凯大区

Marche

格拉达拉

Gradara

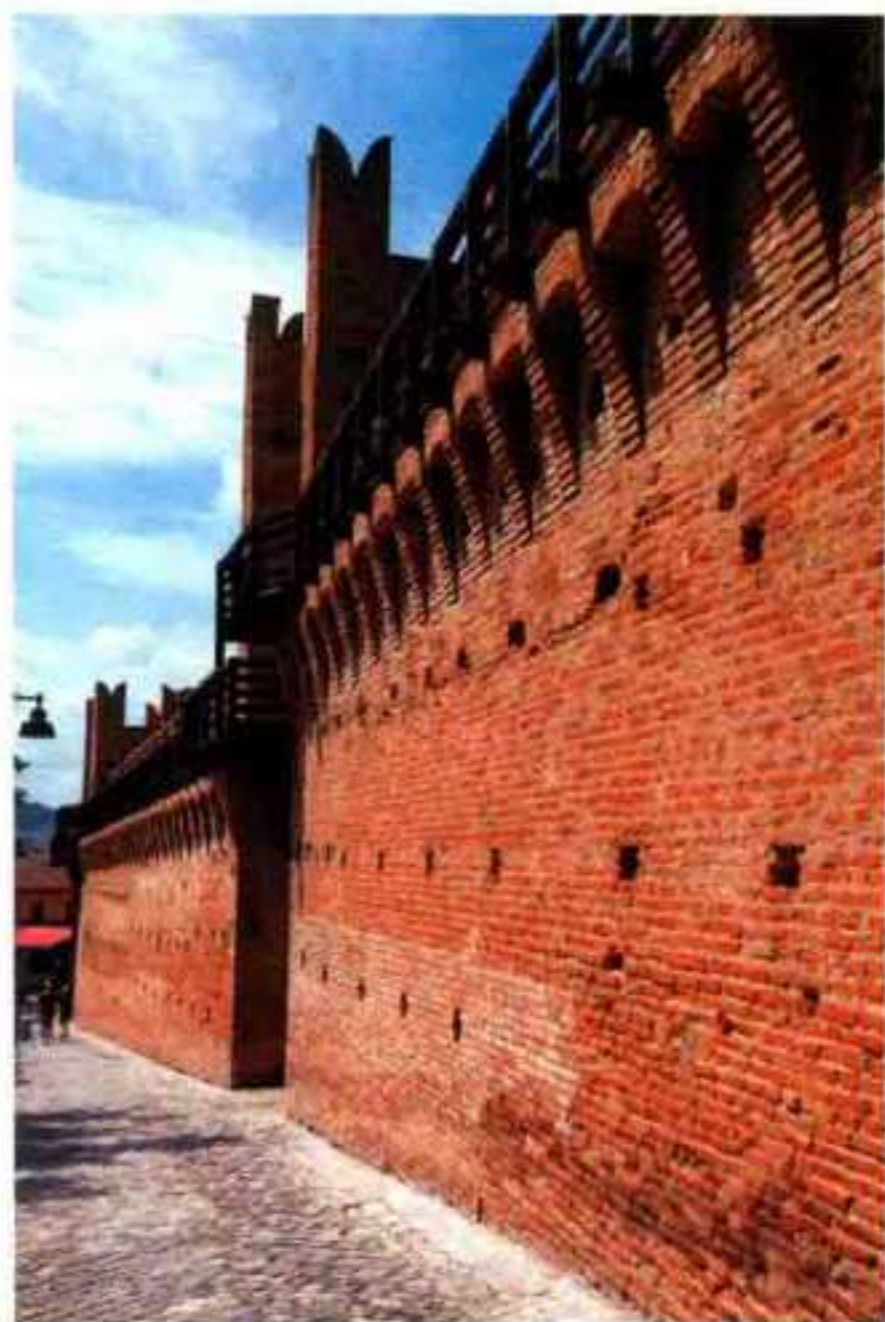


可以在画廊欣赏到拉斐尔之父 乔万尼·桑西的作品的村庄

格拉达拉这一名字，来自于表示这个地区地表性质的拉丁语“格雷塔拉(粘土)”。城堡的基础由马拉泰斯塔家族建造，其城墙现在依然保持着完整的形状。城堡被两层城墙保护，里面有14座高塔。城堡建于1293~1324年，高塔和居住的部分是分开的。另外，城堡内部还有绘画作品的展览馆，可以欣赏到拉斐尔的父亲乔万尼·桑西在1484年描绘村庄风景的作品。



在通往城堡的主干道两旁，有许多特产商店并排开着，游客和因社会课程来参观的学生们正在愉快地购物。虽然村庄已经演化为观光地，但它本身富有历史感的风貌依然非常雅致。我先付了6欧元的门票到马拉泰斯塔城堡参观，当年被使用过的房间依然保留着原来的样子，还展示了贵重的枪剑、绘画等艺术品。有一些人在包围着村庄的城墙上散步。由于大门附近有城墙的入口，门票只需要2欧元。在城墙上俯瞰到的村庄全景就像一幅画，我拍了好几张照片，还能看到远处湛蓝广阔的亚得里亚海。





马尔凯大区

Marche

格罗塔姆马雷

Grottammare

可以同时体会热闹的海滩和山丘之上寂静的中世纪街景的村庄

村庄中椰树茂盛，海鸥飞翔。夏季时海滩上有许多游客在享受海水浴，十分热闹，而山丘之上被城墙包围起来的部分有着中世纪风格，一片寂静。山丘上的城墙建于11世纪，从高处望向海边的美景，连作曲家李斯特都称赞不已。巴塔利亚塔是16世纪的建筑，现在成为雕刻家佩里克莱·法茨尼的美术馆，其中展示着超过250幅作品和原稿。另外，在海边的餐厅享受美味的海鲜也十分惬意。



我先到村庄的海边区域散步，种着椰子树的沙滩上立着许多遮阳伞，即使是工作日也有许多人在享受海水浴，令人感叹这里真不愧是度假胜地。之后再沿着大路到位于山丘上的老区。圣若翰洗者堂、圣毕奥五世教堂等历史悠久的建筑物几经修缮，外墙十分美观。小巷里盛开着三角梅，路上一点垃圾都没有，可以体会到村民们想让美丽的村庄，时刻保持整洁美观的心情。我登上村庄的最高处，看到一片巨大的城墙。





马尔凯大区

Marche

马泰利卡

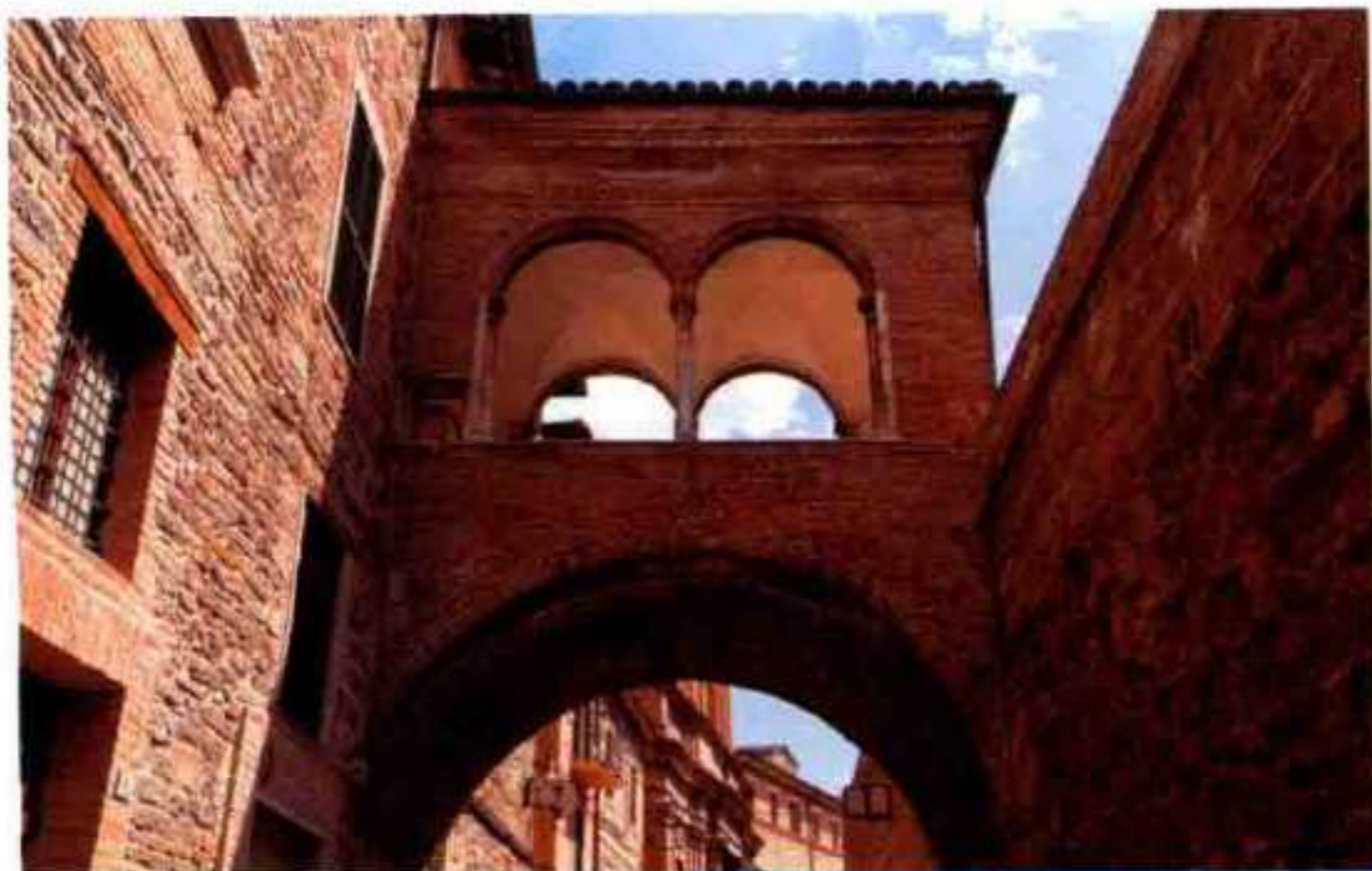
Matelica



可以品尝马泰利卡葡萄酒 欣赏艺术作品的村庄

这里作为拥有 DOC 认证（原产地名称保护制度）的马泰利卡维蒙蒂奇诺葡萄酒的产地而闻名。这种葡萄历史悠久，在 1579 年的古书中便有记载。皮埃尔赛特美术馆保存着《五月的圣母》等数量众多的艺术作品。在 1655~1660 年间建造的巴洛克风格的圣斐理伯教堂中，还能看到萨波纳齐·布兰迪和凯迪的绘画作品。另外，当年保留至今的风琴也值得一看。

我一边眺望着葡萄园，一边进入这座大村庄。在周围 3~4 层建筑物鳞次栉比的小路走了一会儿后，终于来到有着巨大喷泉的大广场。广场周边开着露天餐厅和有精致门廊的市场，不过因为现在是午睡时段，没看到村民。广场上还有建于 17 世纪的苏弗拉乔圣母教堂，再往村里走还能看到圣母升天主教大圣堂。两座教堂都开着门，我有幸参观了内部。





蒙达维奥

Mondavio



拥有历史博物馆和 阿波罗剧院等许多景点的村庄

村庄位于一个小山丘上，名字来源于“鸟儿们的山”。公元前1世纪作为古罗马的领土记录在册。耸立在城墙顶点的高大要塞是村子的象征，在1482~1492年期间由当时的优秀建筑家建成。现在内部作为历史博物馆，对民众开放。村庄中心的广场上有着历史悠久的村务大楼和圣方济各教堂。另外，仅能容纳99人的小小的阿波罗剧院成为文化活动的中心，是村民们引以为豪的地方。



威严庄重的罗文勒斯卡要塞挡住了通向村里的道路，只有穿过要塞的门才能进入村庄。我先用5欧元买了门票，到要塞内部参观。除了展示甲冑和武器之外，还有一些房间用人偶再现了当年人们的生活场景，十分有趣。沿着坡道走到一个小小的广场，村务办公楼下的酒吧里有许多当地人。圣方济各教堂墙上的砖块堆叠方式实在过于精妙，我不禁多看了一会儿。这是一座充满魅力的村庄，我决定住一晚，在村庄入口的旅店订了房间。过了晚上9点，在夜幕下散步时，看到的夜景美得让人心醉。





马尔凯大区

Marche

蒙泰卡夏诺

Montecassiano

不能错过卡夏诺圣母玛利亚城堡 和圣尼可罗教堂的壁画的村庄

由于408年受西哥特族的侵略，少数幸存者逃到建于古罗马时代的厄里斯的维纳斯神殿避难，并在山丘上建立了新的村庄，这就是蒙泰卡夏诺的起源。12世纪建成的卡夏诺圣母玛利亚城堡威严地耸立着，1437年开始建设的城墙，现在依然保护着这片历史上的中心地区。圣尼可罗教堂有1382年建造的钟楼，还能在教堂里看到15世纪的壁画。

一边眺望着平缓山丘的向日葵田一边前进，就能来到位于高处的朴素村庄。入口处的门仿佛中世纪城堡大门的缩小版，十分精致。因为到达村里时正是午睡时段，整座村庄寂静无声，只有小小的花店还在营业。广场上有建于15世纪的圣母升天教堂，其优美的塔尖，就算在小巷中行走也能随时映入眼帘。我肚子饿了，到处寻找餐厅或者酒吧，但都没有找到。





夏季炫目的阳光连小巷子都不放过，越过红砖建筑物仰望的天空，使人感受到了无尽的蓝。钟塔是村庄的标志，建于一座3层建筑的屋顶上。圣洛伦索马尔蒂雷教堂里十分凉爽，一下子就让人止住了流汗。描绘着圣人和天使的天花板壁画十分精美。村庄外面有一个种着巨大松树的公园，在瞭望台上眺望丘陵的风景时，有位大叔向我搭话。他说这里在黄昏时景致最佳，还给我看了他自己用数码相机拍的最好的照片。



马尔凯大区

Marche

蒙泰科萨罗

Montecosaro



以小山丘上耸立的两座高塔而闻名的村庄

晴天时，村庄附近的亚平宁山脉和田园风光旖旎。罗曼式建筑风格的基耶恩蒂圣母玛利亚大教堂，是马尔凯大区的重要文化财产，在1125年被圣别。另外，建于1447年的圣洛克教堂中，保存着西蒙内·德·麦斯特里斯创作的精美壁画。1809年落成的罗杰剧院是村民们的骄傲，至今依然为村民们提供娱乐的场所。

马尔凯大区

Marche

蒙泰法布里

Montefabbri



完整保留 15 世纪 风貌的珍贵村庄

由于村庄入口的大门一直没有扩建，大型车辆无法进入。圣高登扎奥教堂里，保存着守护圣人圣马赛利纳的遗骨。另一方面，在圣若翰洗者教堂中可以看到克劳迪奥·里多尔菲在 1605 年绘制的《玛利亚与耶稣与圣人》。另外，这座村庄也是拉斐尔的父亲乔万尼·桑西诞生之地。

位于小山丘上的这座小小村庄，周围是广阔的牧场和麦田。小型车勉强可以通过的门，是进入村庄的唯一入口。一边欣赏朴素的民居一边在小巷里散步，我发现只花 5 分钟左右就可以绕村庄一圈。之后我改变路线，到位于村庄中央的圣高登扎奥教堂参观。据说这座教堂 9~10 世纪就在这里，但到 16 世纪才形成现在人们所看到的样子。推开门进去，发现里面只有不到 10 把椅子。我查了一下村庄的人口，竟然还不到 50 人。





这是一座位于丘陵地带的高地上的大村庄，首先出现在眼前的是 17 世纪建成的圣方济各教堂。在周围排列着 3~4 层建筑物的道路上行走，就能来到有着精致拱廊的广场，几位大叔在阴凉的地方悠闲地玩牌。沿着寂静的小巷走到桑塔露琪亚教堂，正面外墙的周围有着嵌在墙上的雕刻，据说刻于 11 世纪。我一个个仔细看看，思考着其中蕴含的意义，感觉十分有趣。

马尔凯大区

Marche

**蒙泰菲奥雷
德拉索**

Montefiore dell'Aso



**教堂起源追溯至 5 世纪
被 6 座塔和城门保卫的村庄**

村庄名称源自农业之神“佛洛拉”。进入村子，马上就能到达共和国广场。村庄中央的桑塔露琪亚教堂，至今依旧保持着新古典主义的建筑风格，其起源可以追溯至遥远的 5 世纪。圣方济各美术馆展示着卡罗·克里韦利在 1474 年绘制的精美祭坛画。埃吉迪宫、德维吉斯宫、蒙塔尼宫等 17~18 世纪的建筑物，体现着村庄黄金时期的繁荣。





这是座宁静的村庄，我绕着村子走了一圈，没有遇上任何人。建于18世纪上半叶的教区教堂内部是单身廊构造，侧廊中有间礼拜堂，祭坛上摆着耶稣的塑像。耸立在广场上的高塔，塔面嵌着一座大钟，和其他古老的大钟不同，这里显示的时间十分准确。时间变化时，长针摇晃得很厉害，非常有趣。令人意外的是，大门附近竟然有一家小餐厅，当然里面连一个客人都没有。我点了意大利面，吃到的是培根蛋酱意大利面。



马尔凯大区

Marche

蒙泰卢波内

Montelupone

普里奥里宫不容错过
拥有城门、城墙等
丰富遗产的村庄

花样独特的石板路，还有过去随着日落而闭、日出而开的四扇城门，以及城墙等，展示着村庄走过的历史轨迹。村庄的名字来源于787年掌权的鲁伯尼·朗伯德家族。中心区的广场上，可以看到建于14世纪的长方形高塔和普里奥里宫，由五扇拱门组成的回廊上还有两扇拱形窗。大客厅里保存着典型的反宗教改革的壁画。



马尔凯大区

Marche

莫雷斯科

Moresco



拥有建于 12 世纪的
25 米高的钟楼的村庄

钟楼是这座村庄的标志性建筑物，上面的大钟是 16 世纪制造的，一直使用到现在，与钟塔上的钟共同履行报时的使命。钟塔位于城堡入口，穿过塔下的门，可以看到圣索菲亚教堂。现在这座教堂已经成为剧院，不过还能看到 15 世纪的壁画。村庄的城墙外面还有一座奥尔莫圣母教堂，里面保存着文森佐·帕加尼创作的磔刑像。

我一边仰望着伫立在村庄入口处的钟楼，一边沿着缓缓的坡道向上攀登，来到细长的卡斯特罗广场。其中一个角落有家小餐厅，当地的男人们正一边喝意式浓咖啡一边闲聊着。这时刚好是午饭时间，我点了份味道柔和的茄汁意大利面。或许日本人在这里非常罕见，男人们时不时地会朝我这里看几眼。我沿着东边的玛丽纳广场的小巷子散步，最后来到钟楼的下方。这里应该属于个人财产，我没能进去参观。



马尔凯大区

Marche

圣吉内肖

San Ginesio



13 世纪时最为辉煌
可以看到建于
各个时代的教堂的村庄

村庄的名字源于古罗马时代的殉教者卢乔·吉内肖。13 世纪是村庄的辉煌时期，当时的人口达到 2 万 7 千人（现在是 3900 人）。前主教座堂的正面外墙分为两个部分，下部较为古老，有着建于 11 世纪的庄严大门。上部由砖块堆叠，建造于 1421 年。旁边还有一座建于 17 世纪的罗曼式高塔。除此之外还有许多教堂，如建于 996 年的圣弥额尔教堂和圣方济各教堂等。

在村庄中心的广场上，首先映入眼帘的是兼备罗曼式和哥特式风格的前主教座堂。教堂里气派的柱头仿若一座神殿，翼廊里有几间礼拜堂排列在一起，墙上布满了宗教绘画。侧廊的圆形拱顶上的精致画作特别打动人心。我在路边看到一家餐厅，添加了松露的意大利饺十分美味。是我在意大利吃过的面食中可排名前三的美食。餐厅旁边就有一家旅店，我马上花 65 欧元订了个房间。傍晚我来到小巷子里散步，造访了其他教堂。其中有几家年代比较近的教堂，如建于 1905 年的圣格雷戈里奥教堂等。









马尔凯大区

Marche

奥法尼亚

Offagna

起源于 10 世纪末期
如今以科内罗葡萄酒
闻名的村庄

村庄起源于 10 世纪末期在此建立的要塞，之后一直是战略要地，这一点可以从历史兵器博物馆和第二次世界大战时期的安科纳解放博物馆了解到。四角形的巨大要塞建于 1454~1456 年间，耸立在凝灰岩的悬崖上。这是从中世纪到文艺复兴时期的典型军事建筑，也是历史的见证。另外，这里生产的科内罗红葡萄酒非常有名，出产的生火腿也有十分独特的味道。



沿着弯曲的狭窄石板小路向高处走，可以看到教堂，其后还有一座附带四角柱状高塔的要塞。我走到门前，但很遗憾是锁着的，无法进去参观。不过周边有圆拱形的大石壁，还有贴着瓦片的长隧道，非常有中世纪的感觉。沿着小巷走到村庄低处，遇到了一群小学生。孩子们正一边专心地听老师的讲解，一边望着建筑物墙壁上的雕刻。



村庄大门附近有问讯处。我不仅拿到了地图，还被告知了游客可以自由使用的WiFi账号和密码。往东西方向延伸的主干道两旁，有着相连的2~3层的大建筑物，一楼的部分除了食品店和日用品店之外，还有公司的办公室。我参观了建于18世纪的巴洛克式圣母领报大殿（主教大圣堂）之后，在村庄里逛了一圈，还驾车来到5分钟距离之外的圣十字至圣所，虽然这座教堂建于17世纪，但据说这个教会的起源可以追溯到9世纪。



马尔凯大区

Marche

特雷伊阿

Treia



砖块堆叠的建筑物 构成美丽街景的村庄

这座村庄面向亚得里亚海，位于亚平宁山脉的一部分——锡比利尼群山的山谷中。共和国广场上有农业学院和村务大楼，还有圣斐理伯教堂。农业学院里保留着第一次从种子里提取出油的实验过程记录等文件。另外，据说17世纪发现土星卫星的科学家伊拉里奥·阿尔托贝利就出生于这座村庄，或许他以前正是在这里仰望着遥远而广阔的星空吧。

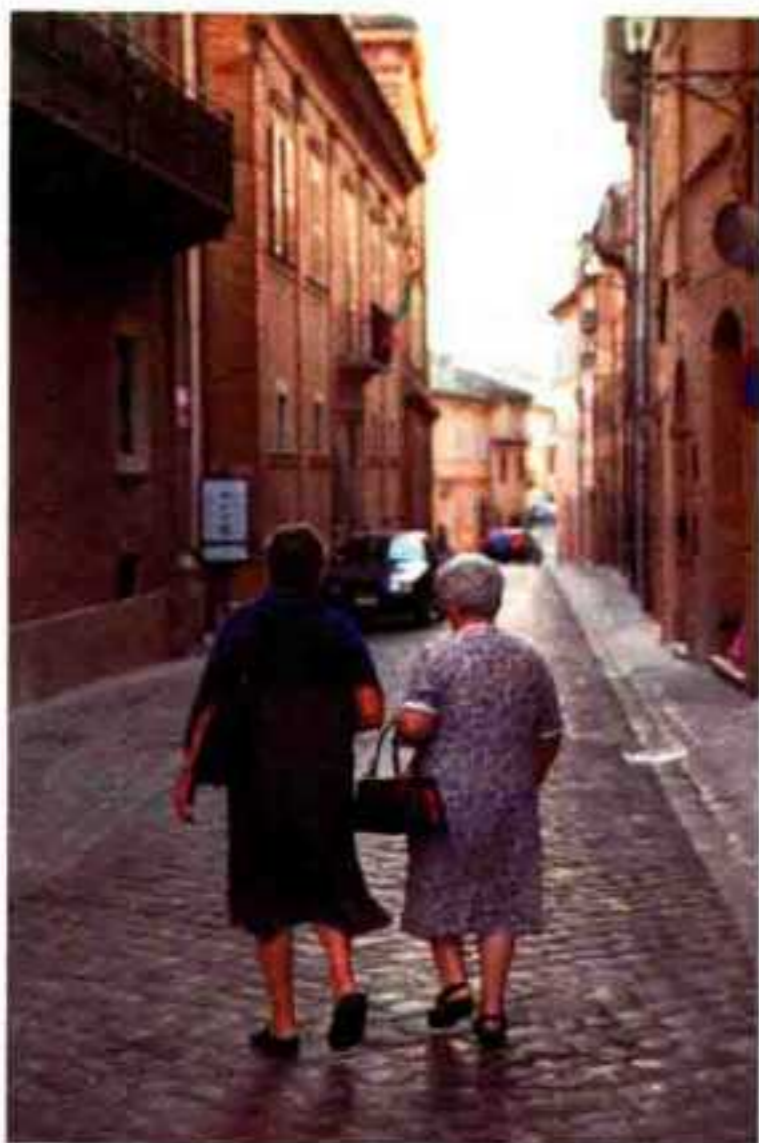
奥菲达

Offida



始于 15 世纪的
蕾丝编制等手工业
诞生出独特文化的村庄

穿过村庄的入口，眼前就是当地雕刻家奥尔多·瑟加科密在 1983 年制作的《编织蕾丝的女性》雕像，仿佛在欢迎游客。这座村庄从 15 世纪开始，手工业就十分兴盛，蕾丝编织和装饰绳的生产让村庄富裕了起来。位于村庄中心的波波罗广场是罕见的三角形设计，色彩和形状的平衡非常自然，据说广场是 18 世纪末期改建的。这里也是马尔凯大区的葡萄酒产地，可以品尝到当地产的葡萄酒。



村里随处可见老奶奶在做梭结花边刺绣。有位老奶奶停下手上的工作，给我看她的作品，还问我要不要带些回去给家人当礼物。她们不仅制作的时候乐在其中，也乐于把自己的作品卖出去。再往前走就到了波波罗广场，那里有村务大楼和教堂。虽然过了晚上 8 点，但行人依然络绎不绝。前面还有巴洛克式的罗卡圣母教堂。我感觉这村庄气氛不错，想住一晚，于是开始寻找旅店，可是一家都没有。驱车几分钟到郊外之后，终于找到一家旅店，订了个房间。再向前行驶，可以来到一个视野开阔的地方，沐浴在柔和夕阳之下的村庄全景，就像一幅画那么美。



马尔凯大区

Marche

维索

Visso



位于连接亚得里亚海和
罗马的大道旁的村庄

这是一座位于有野生狼群出没的锡比利尼山国家公园的山谷，保留中世纪街景的典型山岳村庄。马尔蒂尼·维萨尼广场上排列着 15~16 世纪建造的建筑物，圣玛利亚教堂和圣奥古斯都教堂较为特别。圣玛利亚教堂以 12 世纪建造的教堂为基础重建，正面的罗曼式和哥特式窗户有的拥有两扇窗门，有的则是三扇窗门，十分精美。



这座小小的村庄位于布满鲜亮绿色的山谷中，发出轻快流水声的美丽小溪流经这里。相连的建筑物外墙色调柔和，到处都能看到盛开的花和针叶植物盆栽。我在小巷中散步时，悠闲的氛围使我萌生出想在这样的村子里生活的想法。广场上有座圣玛利亚教堂，外墙十分精美。教堂大门敞开着，仿佛在等待游客的参观。墙上的壁画因时间的流逝剥落了一些，使人感受到极致的美。在参观了战争纪念碑之后，我沿着山道走了 30 分钟左右，到达半山腰的城址，外形类似高塔的建筑物，孤零零地伫立在这里。





马尔凯大区

Marche

萨尔纳诺

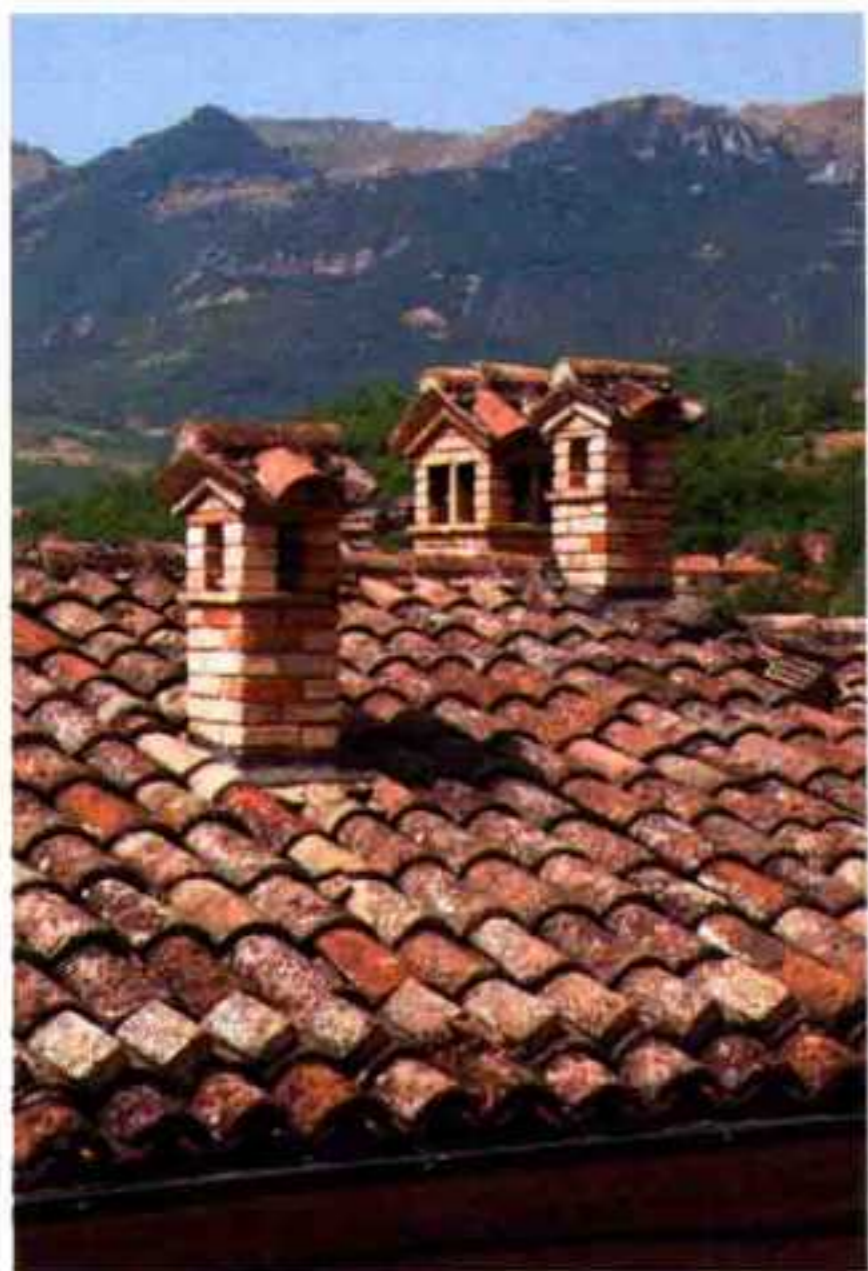
Sarnano



毛织物工业繁荣

保存 13 世纪艺术品的村庄

公元 1 世纪，奥古斯都皇帝将这块土地赐予退役军人作为领地，之后据说也受过伊特鲁里亚人的影响。16 世纪时，这里的人口超过 7000 人，之后更因为牧羊形成的毛织物工业而得到发展。圣母升天教堂正门上的圣母子雕刻十分精致，这座教堂建于 1265~1286 年之间，与一座坚固的钟楼相邻。教堂内部保存着乔凡尼·安杰洛·德·安东尼奥的木制画作品《圣母领报》和《磔刑》，非常精美。



村里十分热闹，街上有许多人在愉快地聊天。不过穿过大门向城墙内走去时，突然变得安静下来了。到处都是阶梯的石板坡道向着村庄高处延伸，道路两旁有成排的砖块建筑。我一边走一边欣赏窗沿装饰的鲜花和圣母像，之后来到了位于村庄最高处的广场。这里有一座圣母升天教堂，其门楣形成的半圆形空间有着精美的雕刻。由于大门上着锁，没能进去参观，教堂里的壁画就留看到下次来的时候欣赏吧。





马尔凯大区

Marche

弗龙蒂诺

Frontino

保留著名祭坛画的教堂
拥有大区最大的
修道院的村庄

这座村庄起源于罗马时代建于山中的弗龙蒂尼城堡，6世纪时，城堡被伦巴第族使用。从中世纪开始建设了城墙，继而建造了村中的高塔。在圣伯多禄、圣保罗教区教堂内部，有费德里科·巴罗奇在1610年绘制的祭坛画《圣母子与圣乌巴尔多与圣方济各》。另外，附近的蒙特弗龙蒂诺修道院祭奠着圣方济各。



这座孤零零隐藏于山里的小村庄，似乎快要被人遗忘了。从村子一端走到另一端，只需不到5分钟时间。民居的墙上和窗沿装饰着许多鲜花。公共建筑物前面似乎在举行什么比赛，摆放着好几个滑稽的稻草人。村里有一座表面被爬山虎覆盖的巨大钟楼，指针停在了8点37分。村庄尽头的一座小广场上种着一些橄榄树和玫瑰，立着一块小小的石制纪念碑。我本想找村民搭话，但由于当时是午睡时段，因此没有遇到任何人。





Umbria

翁布里亚大区





翁布里亚大区

Umbria

阿罗内

Arrone



位于内拉河公园内部 受到保护的村庄

罗马的贵族阿罗尼家族为了寻找寂静的地方，在9世纪建造了一座同名城堡，这座城堡后来成为村庄的中心。这座村庄位于内拉河左岸，马尔莫雷瀑布只有数公里，因此附近的水量特别丰富。圣若翰洗者堂祭奠着村里的守护圣人，还保留了15世纪的精美壁画。



我到达村庄的时候，刚好在举行自行车比赛，村庄的入口被设为终点，人们热情高涨。村庄内部很安静，沿着石板小路向高处走，可以看到圣若翰洗者堂。教堂内部以强有力的笔触绘制的壁画多处受损，但能看出村民们重视这座小小的祈祷场所的心情。再向前走一会儿，能看到一座高大的钟楼，看来这里是村庄的最高处。驱车10分钟左右，便可到达马尔莫雷瀑布。虽然这里也成了观光点，但自然景色依旧令人心动。



翁布里亚大区

Umbria

贝瓦尼亚

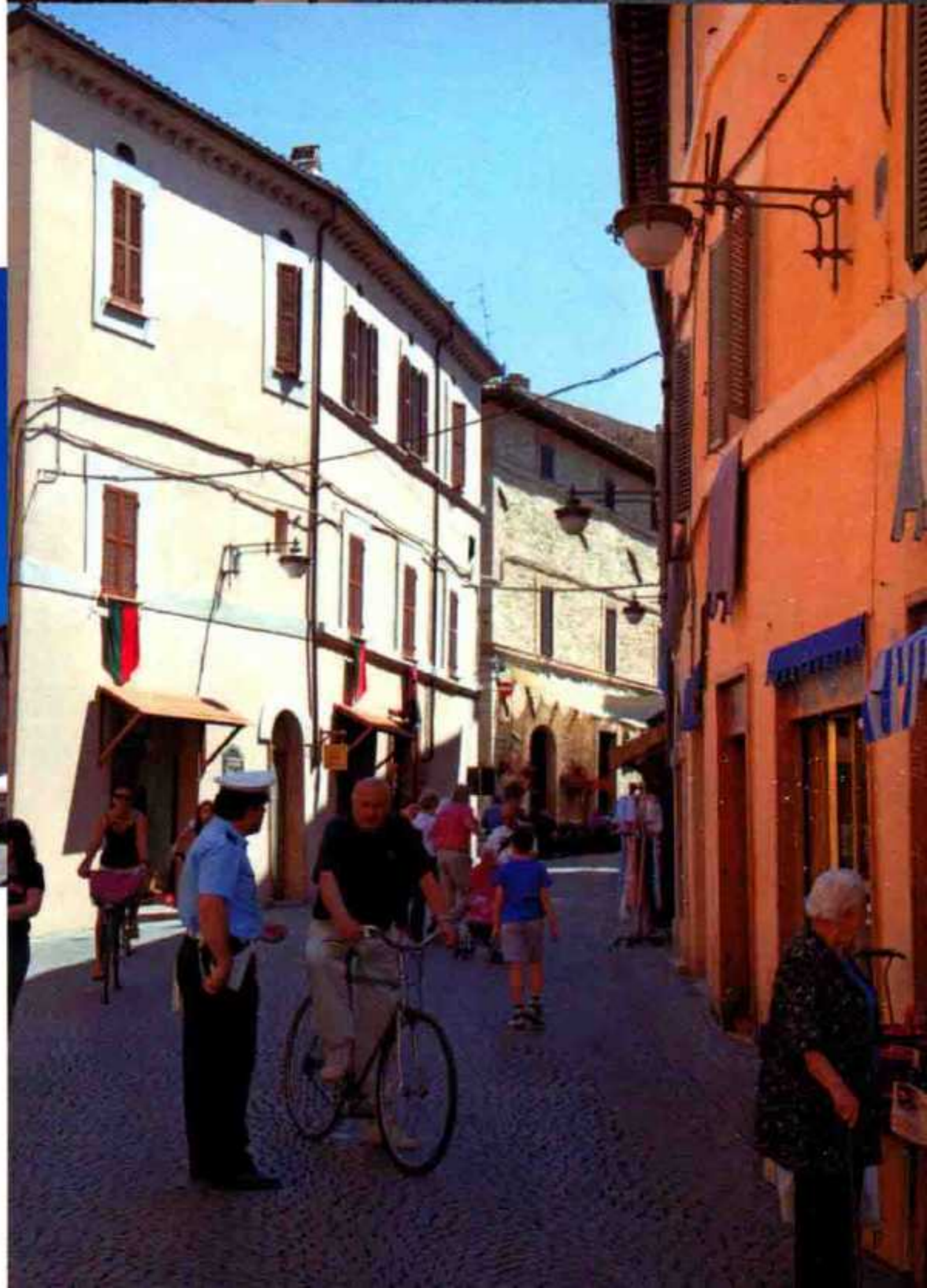
Bevagna

因每年6月举行的“盖特市场”而热闹无比的村庄

村庄中心的西尔维斯特里广场被称为意大利最美广场之一。在每年6月举行的“盖特市场”中，手工作坊里的艺术大师们，以从古代流传下来的技术和创造力互相竞争。走在穿着富有历史感的装束的人群中，仿佛迷失在了中世纪的村庄里。广场周围有13世纪的行政长官宅邸和美丽的喷泉，还能看到圣弥额尔教堂、圣西尔维斯特教堂和圣多米尼克教堂这三座教堂。



村庄的主干道上有一排服装店、玩具店、蔬果店、花店、装饰品店等商店，许多村民在散步、购物、聊天，看起来十分愉快。看到整座村庄那么有活力，我都有点感动了。我走在路上时，好几次听到老年人的问候。我来到圣弥额尔教堂。夏季炎热难耐，可以看到狗和鸽子在喷水池旁“冲凉”。教堂附近的雅致拱廊上还有壁画，谁都可以自由参观。





沿着从橄榄树林延伸出去的蜿蜒道路攀登，便能到达村庄。我首先到圣母大殿参观，旁边有一座威严庄重的圆柱形钟楼。村里的孩子们在祭坛前练习圣歌，清透的歌声响彻教堂。在小巷里散步的时候，我经常和当地人擦肩而过，玩滑板车的小男孩害羞地向我打招呼。餐厅的招牌、民居的邮筒、窗台的鲜花装饰等，一边散步一边欣赏村民们在建筑物上添加的富有情调的装饰，非常有趣。

翁布里亚大区

Umbria

贝托纳

Bettona



伊特鲁里亚时代的砂岩山 保留古墓的村庄

贝托纳从公元前4~前3世纪的伊特鲁里亚时代开始，就是交通要冲。这里位于通向连接佩鲁贾和阿西西的山丘的道路途中，从村庄可以眺望到相隔20公里以上的佩鲁贾和阿西西。村庄入口处的圣加大利纳门是座古老的木制大门，非常珍贵，现在依然可以想象这大门在中世纪抵挡外敌入侵，保卫村庄的样子。





翁布里亚大区

Umbria

卡斯蒂廖内 德拉戈

Castiglione del Lago

三面环湖，位于特拉西
梅诺湖中凸起的小山丘上的村庄

当地有权势的科鲁尼亚家族的宅邸（现在是美术馆）与五角形的“Rocca del Leone”（狮子之城）相通，两座建筑物以一条走廊连接在一起。由于城堡是按照狮子座的星星分布图建立的，因此从中世纪就被称作“狮子之城”。城堡的中庭一整年都会举行各种各样的游园活动。湖周边的特拉西梅诺公园最适合散步。

穿过大门，眼前的宽阔主干道一直延伸到村庄内部。村里有几家销售意大利面、豆子、松露的专卖店，有家店门前的阿姨还邀请我试吃意式香肠，这场景让我以为自己回到了日本的观光地。参观过有着美丽的采光塔的圣玛塔莲娜教堂之后，我来到科鲁尼亚宫。里面所有房间的天花板和墙壁都布满了精致的壁画，每到一个房间都会被深深地震撼。这里有一条连与别人擦肩而过都显得十分拥挤的细长走廊通向狮子之城，从城堡的高塔上，可以将特拉西梅诺湖尽收眼底。





翁布里亚大区

Umbria

德鲁塔

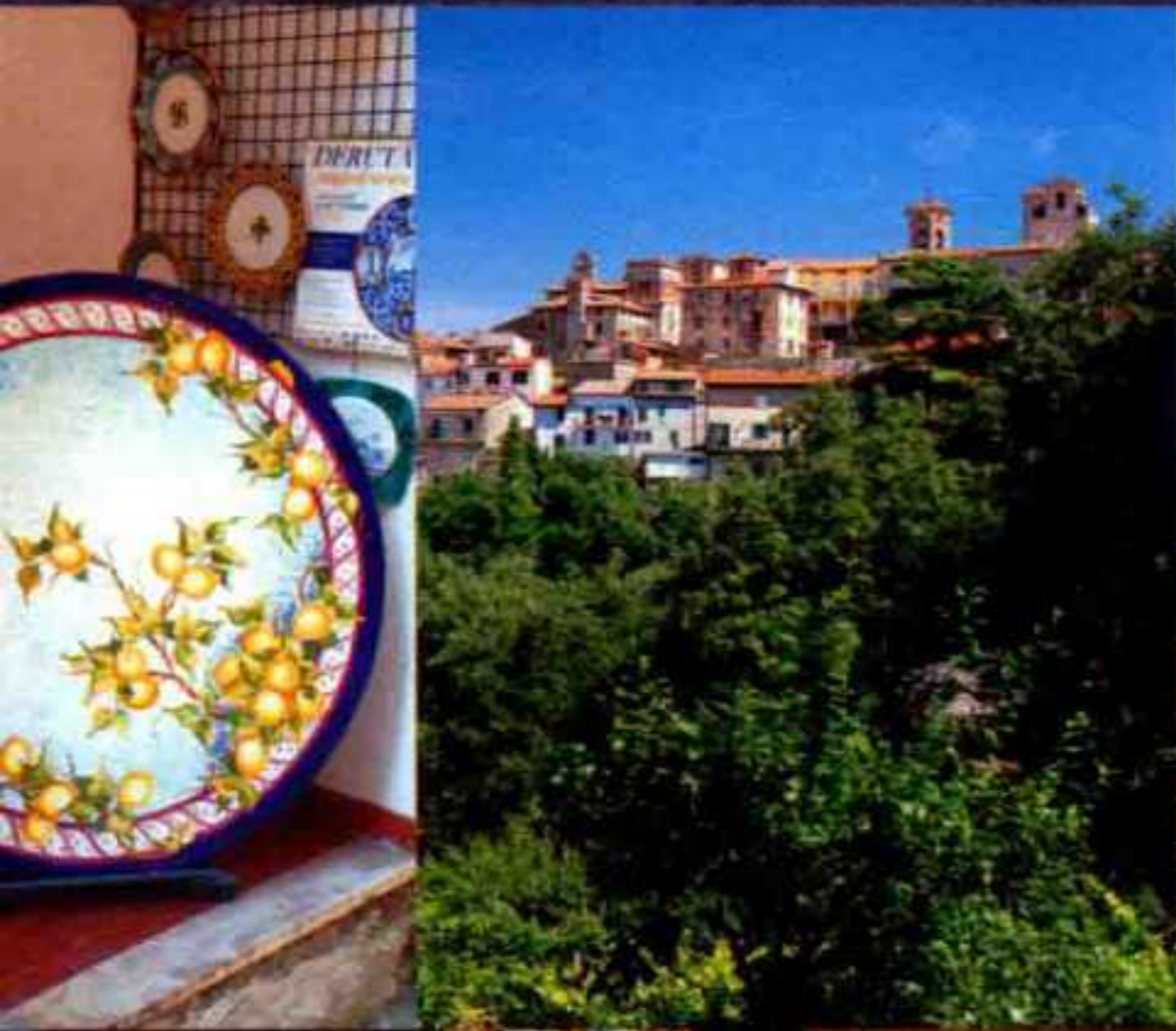
Deruta

从13世纪开始 以生产陶器闻名的村庄

世界著名的德鲁塔陶器，最早记载于1299年的古书上。到了16世纪，在教皇的庇护下，陶器生产达到巅峰。建于17世纪的邦尼圣母至圣所里，保存着德鲁塔的陶艺家为了感谢奇迹而进献的超过600枚陶板，上面栩栩如生描绘了因圣母的保佑而克服的不幸、疾病、事故等场景。村里至今依然有许多装饰着美丽的
手绘陶盘的工坊。

村里有许多销售陶器的商店，建筑物的窗棂和大门上也装饰了许多陶制品，为人们在村中散步增添了不少乐趣。建于14世纪的圣方济各教堂正如我所料，祭坛的墙壁和布教坛也都是陶制的。玫瑰经礼拜堂的美丽色彩让我感动不已。我走进一家陶艺店，里面摆满了壶、盘子等陶制品，店主说这些全是他妻子制作的。我给自己买了一个绘着黄色图案的小陶杯（20欧元），店主非常开心。





翁布里亚大区

Umbria

科尔恰诺

Corciano

位于佩鲁贾和特拉西
梅诺湖之间
地处交通要冲的村庄

保留强烈的中世纪色彩风貌的城墙建于13~14世纪。据说1223年，圣方济各在去往阿西西的途中，也曾在科尔恰诺村停留。圣母升天教堂的祭坛上装饰着佩鲁吉诺创作的《圣母升天》，还有贝纳德托·蓬非利的《旗手》，都拥有很高的艺术价值。



有着圆润梯石的平缓阶梯通往城堡的大门。路上一点垃圾都没有，古老的石壁也经过了修复，是座干净整洁又美丽的村庄。来到视野良好的高地，可以感受到从橄榄树林吹拂而来的清爽的风包裹全身。小巷虽像迷宫一样交错，但在其中行走时，始终能看到两座钟楼，因此并不会迷路。看着塔上的时钟，发现到了午饭时间，不过我没找到餐厅。广场上有一家小酒吧，我进去买了个牛角包做的三明治，里面的芝士和生火腿十分美味。



翁布里亚大区

Umbria

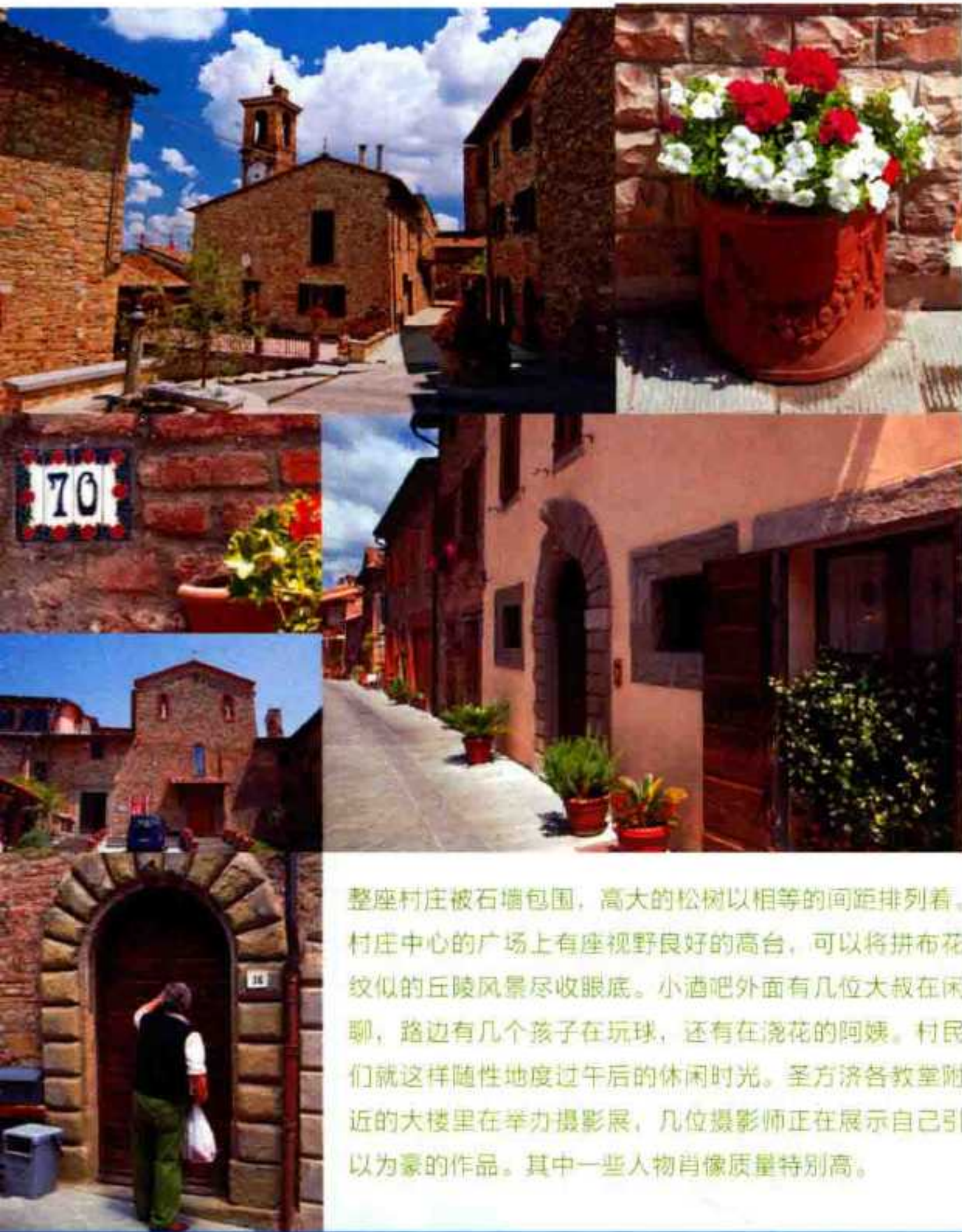
奇泰尔纳

Citerna



修建村务大楼时发现 地上和地下形成 双重构造的村庄

掌管了村庄 1500 年的维塔利家族，留下了多那太罗、波马兰齐奥、西诺莱利等一流艺术家的作品。村名来源于储水槽（Cisterna）。村庄中心地带被 13~14 世纪建造的城墙包围，主要出入口是南边的罗马门和北边的佛罗伦萨门。



整座村庄被石墙包围，高大的松树以相等的间距排列着。村庄中心的广场上有座视野良好的高台，可以将拼布花纹似的丘陵风景尽收眼底。小酒吧外面有几位大叔在闲聊，路边有几个孩子在玩球，还有在浇花的阿姨。村民们就这样随意地度过午后的休闲时光。圣方济各教堂附近的大楼里在举办摄影展，几位摄影师正在展示自己引以为豪的作品。其中一些人物肖像质量特别高。





翁布里亚大区

Umbria

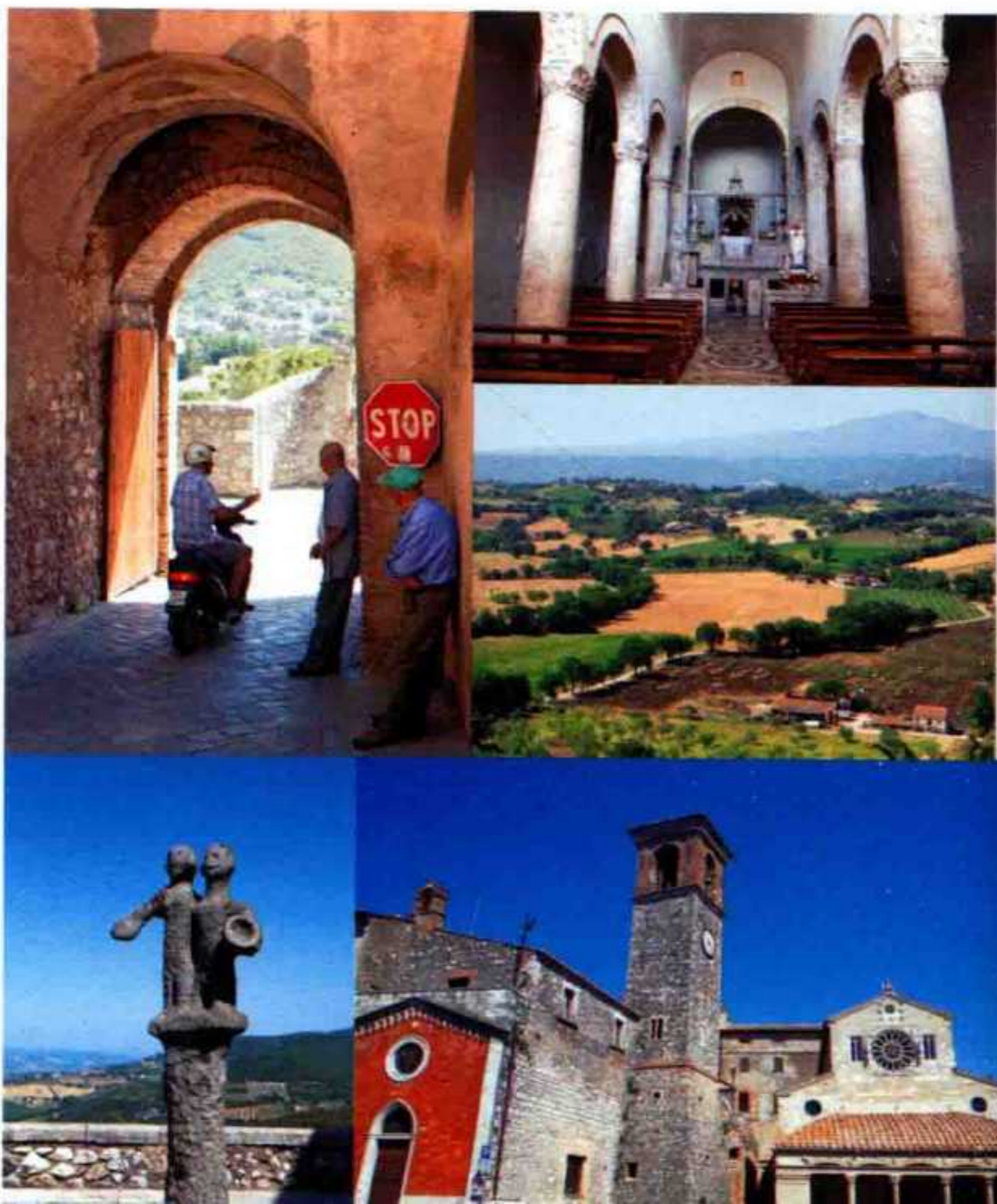
卢尼亚诺 因泰韦里纳

Lugnano in Teverina

以罗曼式的圣母升天教堂 闻名的村庄

这座村庄起源于6世纪。住在特韦雷河流域的人们为了躲避疟疾，来到这山丘上建造了居所。建于11~12世纪的圣母升天教堂，作为罗曼式建筑的杰作而闻名。建于1229年的圣方济各修道院所在之处，据说是1212年圣方济各引发奇迹，拯救了被狼掳走的孩子的地方。村里还有公元前1世纪罗马时代的遗迹卢斯提卡城堡。

小广场上有座附带气派钟楼的古老的圣母升天教堂，靠近仔细看时会发现，柱子和墙壁、圆花窗旁镶嵌着许多以动物为主题的雕刻。教堂立柱上刻的圣人像和几何图案也非常精美。走在迷宫般的小巷子里巡游村庄，可以看到颇富历史价值的建筑物前面立着介绍版，写着详细的说明。村里到处都摆放着石雕，虽然是一些年代比较近的作品，不过一边散步一边欣赏也十分有趣。





村庄入口有座巨大的石砌喷水池，鸽子们正在戏水。穿过大门进入村里，小广场上放着橄榄树的盆栽，周围是外墙涂成橙色和奶油色的民居彼此相连。这是座非常安静的村庄，我在村里逛了两圈，都没有遇到当地人。开车5分钟左右，就能来到有着精美的圆花窗的潘塔诺圣母教堂。教堂里陈设简单，没有任何华丽装饰，不过似乎充满着一种神秘的力量，仅仅站在里面就能让内心变得平和。

翁布里亚大区

Umbria

马萨马尔塔纳

Massa Martana



从罗马延伸到翁布里亚大区 弗拉米尼亚大道旁的村庄

从罗马时代开始，旅人和士兵们就将这里作为屯驻或休养的地方，大道旁边还发现了一些罗马时代的遗迹和地下墓穴。这座村庄被城墙包围着，中心地带的广场和建筑物在1997年的地震之后得到修复，现在的样子十分精美。建于7~8世纪的潘塔诺圣母教堂被称为翁布里亚大区内最古老的教堂，除此之外，村庄还保留了建于9~10世纪的修道院。



翁布里亚大区

Umbria

蒙托内

Montone



可以将跨越翁布里亚大区和马尔凯大区的亚平宁山脉尽收眼底的村庄

蒙托内位于海拔 482 米的山丘上，是座十分宁静的村庄。村庄起源于 6 公里外的阿瑞斯要塞，可以追溯到拜占庭帝国和伦巴第时代（6~8 世纪）。在 15 世纪，这座村庄诞生了意大利史上最伟大的军队的队长——安德烈亚·弗泰布拉乔。

这座村庄中有恩宠圣母教堂、圣玛利亚教堂等几座教堂。小巷里到处插着意大利国旗。我在散步途中，发现某座建筑物地下一楼有一家叫德尔·维尔切雷的餐厅。我推开门进去，发现这餐厅即使在午睡时间也依然营业。热情的服务员为我推荐了几种食物，我品尝了味道柔和的芝士蝴蝶面。入口的瞬间，浓厚的芝士香味在口中散发开来。我一边想着如何做出这么好的味道，一边一口气吃掉了一整盘。





翁布里亚大区

Umbria

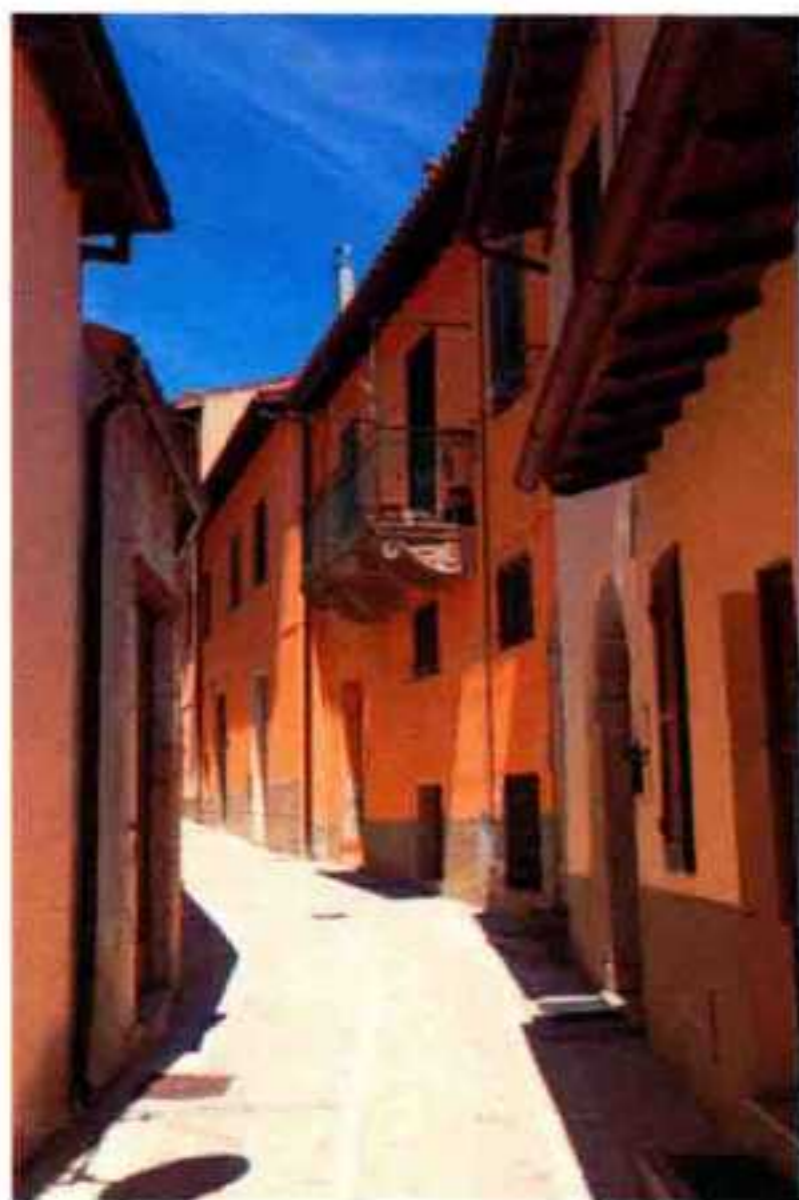
诺尔恰

Norcia



以“诺尔奇内利亚” 闻名世界的村庄

这是一座有着深刻精神信仰的村庄，以圣本笃堂为圣地。同时，还是因猪肉加工品“诺尔奇内利亚”而广为人知的村庄。村里的许多店铺都摆着各种意式香肠、生火腿等。村庄被建于13世纪的城墙包围，8扇古老的城门保留至今。中心地带的广场中央有一座圣人像，周围有一座建于13世纪的村务大楼和建于14世纪、正面外墙十分精美的哥特式圣本笃堂。教堂旁边是建于1570年的拱廊，里面还有测量重量的石秤。



走上山道后，视野突然变得十分开阔，牧场和农田相连，形成牧歌般的风景。穿过气派的大门进入村庄，眼前的主干道旁有许多食品店，店前装饰着猪的标本，店里则销售猪肉、腊肠、奶酪、松露等食品。我进入一家餐厅，从几种松露料理中，选择了味道柔和的松露意大利马铃薯团。村子中心的圆形大广场旁，有两座外观相似的教堂相依而建。门楣的半圆形空间中装饰着圣母雕像的圣本笃堂可以自由参观，背景墙雪白的朴素祭坛中央，挂着耶稣受磔刑的十字架。



翁布里亚大区

Umbria

圣杰米尼

San Gemini



这座村庄的丰富水资源 从古至今滋润着人们的生活

圣杰米尼村位于俯视弗拉米尼亚大道的山丘上，因地处弗拉米尼亚大道旁的古罗马城镇卡苏雷附近而得到发展。美丽的中心广场是村民们休息的场所，旁边有一座圣方济各教堂，纪念阿西西的圣方济各在1213年驱除恶魔的事迹。还有一座维奇奥公馆，现为村务大楼。另外，这里水资源丰富，是名牌矿泉水的水源地。



村庄中央的广场上，可以看到许多村民聚集着。推开厚重的大门进入圣方济各教堂，透过彩色玻璃射下来的夕阳，将教堂内部染成一片金黄。在石板路上散步，旁边有许多食品店、生活用品店，让人觉得这是一座生活便利的村庄。村庄一端有间小小的餐厅，我请服务员推荐葡萄酒和意大利面，于是品尝到了口感柔和的松露意大利宽面条香味十分丰富，非常美味，可以感受到厨师将当地食材的味道最大限度发挥出来的高超烹饪技术。我在村里找到一家旅馆，住了三晚。









斯佩洛

Spello



被粉红色建筑物 染上美丽色彩的村庄

村中的许多建筑物用的是苏巴修山开采的粉色石头，使村庄充满了明亮的色彩。村里保存着许多艺术作品，圣母参事会教堂里保存着宾杜里乔绘制的壁画《圣母领报》和《耶稣降生》，特别精美。这座教堂里还有佩鲁吉诺的画作，整座教堂就像是美术馆。用16世纪的德鲁塔陶片铺的地板也值得一看。



穿过两座塔组成的大门进入村中。在主干道散步的时候，我发现这座村庄里装饰着的鲜花，比其他村子多得多。越向前走，鲜花的数量就越多，在看到繁花似锦的小巷子时，我十分惊喜。这是一座充满魅力的村庄，特产店、画廊、葡萄酒专卖店分布在各处，游客很多。在参观了圣安德烈教堂的壁画和石棺之后，我来到一间叫伊尔莫里诺的餐厅，点了主厨推荐的菜品。前菜是法式咸派，主菜是羊肉，使用当地食材烹调出的菜肴非常美味。



翁布里亚大区

Umbria

蒙泰卡斯泰洛 迪维比奥

Monte Castello di Vibio

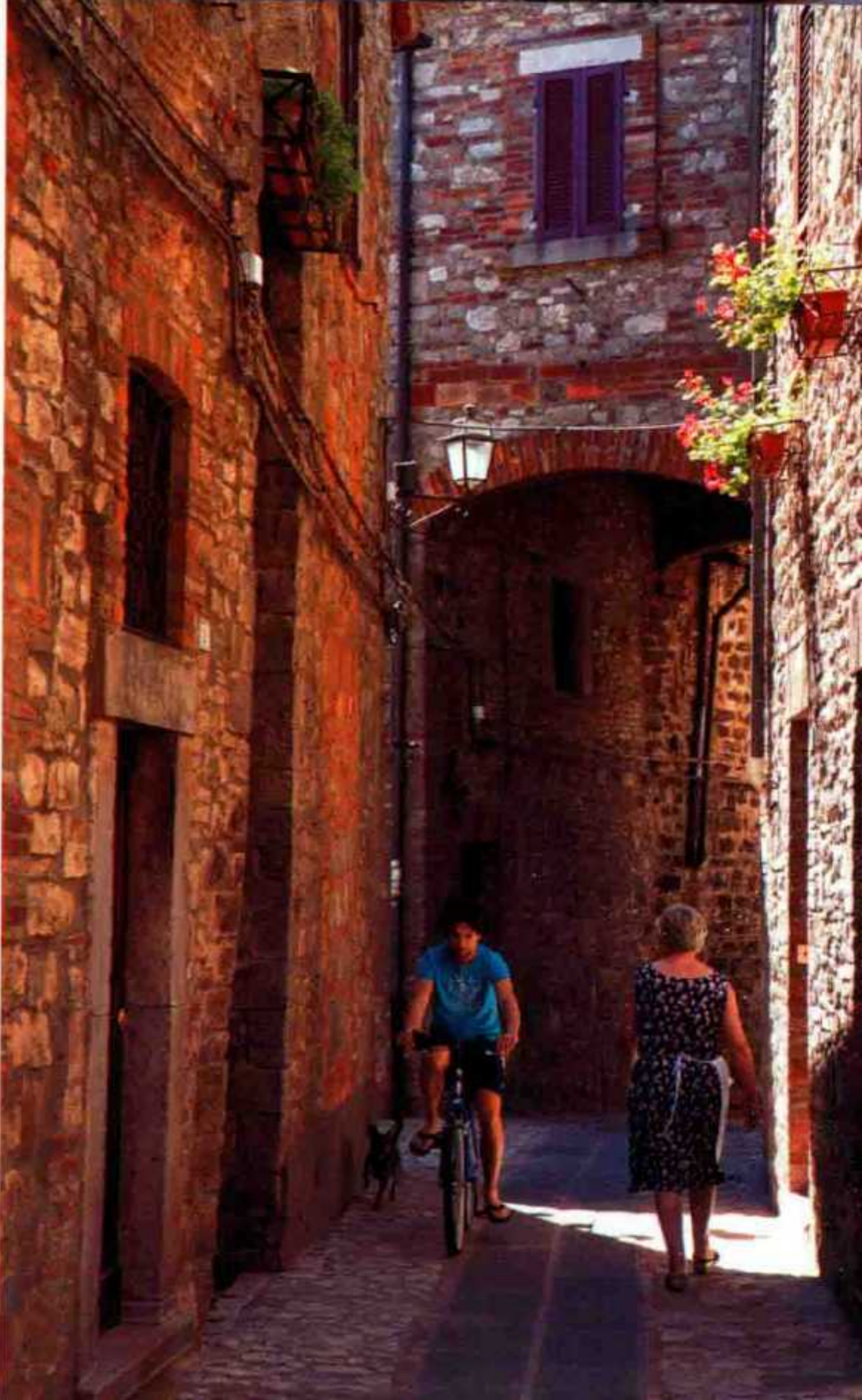


拥有丰富的水资源 和自然风光的村庄

这座村庄处于特韦雷河公园内，被科尔瓦拉湖和阿尔比亚诺湿地自然保护区环绕着。村名意为“维比奥的山城”，据考证“维比奥”一词起源于诞生出罗马皇帝的佩鲁贾一族的名字。村庄现在依然保留着浓厚的中世纪色彩。这里有一座19世纪建造的“世界上最小的剧院”肯考迪亚剧院，里面天花板上的壁画和装饰都非常精美。



这是一座建立在山丘上的小村庄。擦肩而过时向我打招呼的阿姨，手里正拿着田里采摘的新鲜蔬菜。在小巷子里散步时，炫目的阳光使我不得不把眼睛眯起来。走着走着，我来到了圣斐理伯圣雅各伯堂的前面。正在犹豫能不能进去参观时，在一旁长椅上闲聊的村民们对我说“进去看看吧”。主祭坛的雕刻、天花板的图案、礼拜堂的宗教画，每一处都是无比精致的艺术品。我在民居簇拥而立的某个角落，找到了典雅的肯考迪亚剧院，介绍板上写着“用于开音乐会”。我想下次先查一下剧院的音乐会安排，再来造访这里。村庄郊外还有一片美丽的向日葵田。





翁布里亚大区

Umbria

瓦洛迪内拉

Vallo di Nera



遗留下中世纪坚固的城墙
位于内拉河沿岸的宁静村庄

这座村庄历史悠久，在公元前4~前2世纪，住在这里的那哈鲁契族被罗马人支配。根据记载，4~6世纪从叙利亚逃出来的基督教信徒来到这里，过着隐遁的生活。从中世纪开始，这里作为斯波莱多公国重要的守地，受到统治者的重点管理，现在还能看到的坚固城墙便是当时留下的。



这小小的村庄似乎被世人遗忘在山中，以深绿色的森林为背景，白色的石砌民居变得更加显眼。平缓的石梯形成一条小巷，通向村庄的高处。在长椅上闲聊的老奶奶指着一条小路，对我说“在那边哦”，她们可能认为我在寻找教堂。走了一会儿，圣若翰洗者洗礼堂便出现在眼前。我在教堂前停下时，从附近的房子里出来的老爷爷帮我开了门。祭坛的墙壁是一整幅壁画，非常精美。



翁布里亚大区

Umbria

托尔贾诺

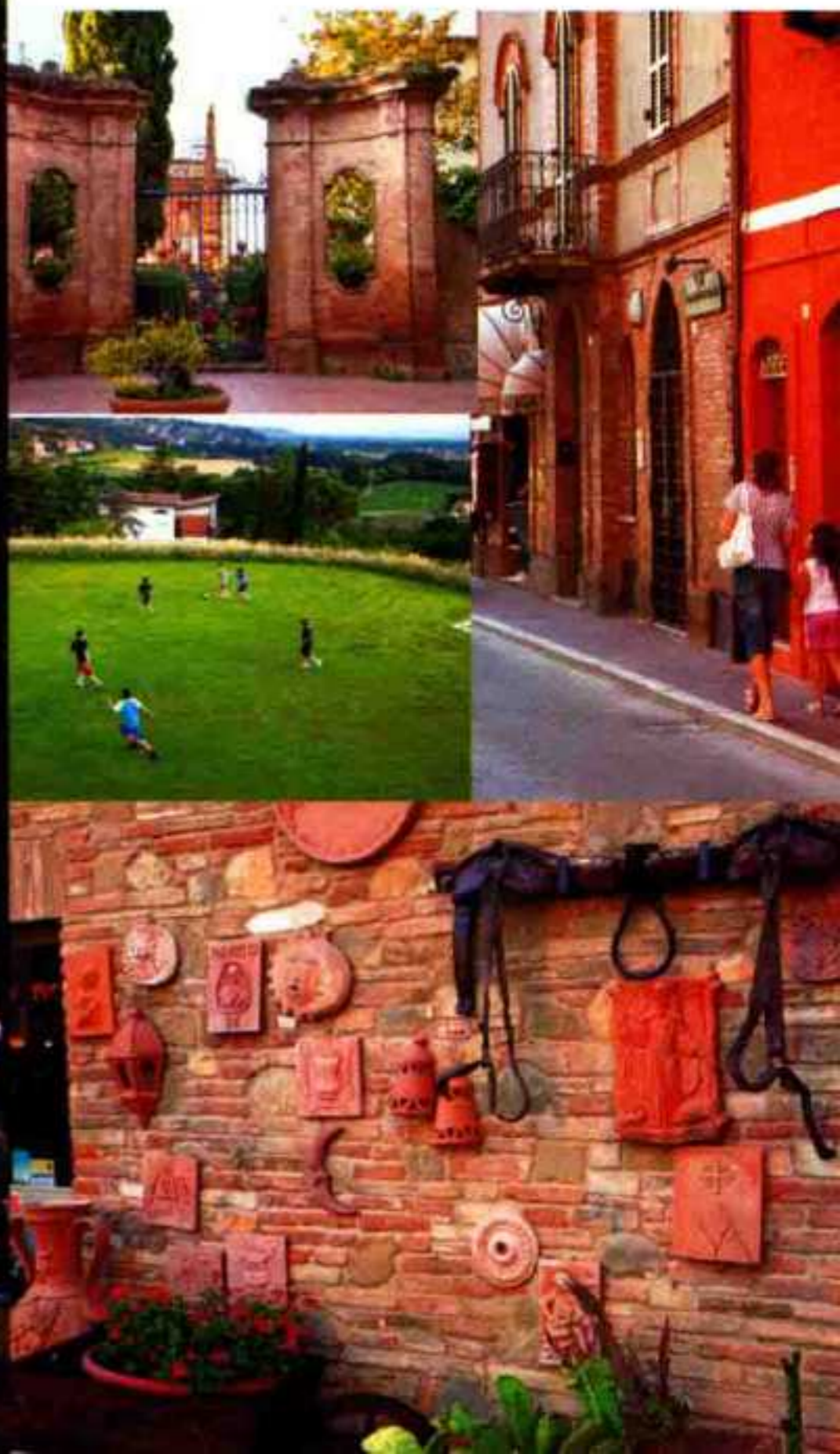
Torgiano

拥有 16 世纪的壁画和
葡萄酒博物馆、
橄榄油博物馆的村庄

托尔贾诺村起源于古罗马人的居住区。村里的圣安东尼奥祈祷堂中，有一幅画着怀抱孩子的圣女的 16 世纪中期壁画，这幅作品的作者是拉斐尔的学生多美尼科·阿尔法尼。另外，这座村庄里还有十分有趣的葡萄酒博物馆、橄榄油博物馆等，可以看到这里出产的葡萄酒和橄榄油的资料和收藏品。



村子的入口有一座造型精美的高塔，塔的前方是一片墓地。明明这时已经过了晚上 8 点，附近的空地上还有中学生模样的男孩子在踢足球。穿过拥有现代风格喷泉的广场，来到历史悠久的建筑物分踞两旁的大路上。外墙涂成橙色或米色的民居相连而建，还有一些杂货店和艺术品店。我找到一家餐厅，在里面吃了用几种当地蔬菜烹调的辣椒意大利面。店里只有我一个客人，店主和主厨看起来十分悠闲。



翁布里亚大区

Umbria

斯特龙科内

Stroncone

点缀美丽的铁艺装饰 以石块建造的坚固村庄

这座村庄的拱门和喷泉，还有大门上气派的铁艺装饰都非常迷人。自由广场上有一座建于1559年的美丽喷泉。另外，圣若翰斩首堂中，有着15世纪的壁画，描绘的是受洗者约翰的一生。还有，在圣弥额尔总领天使教堂中，保存着珍贵的木质祈祷台和14世纪的耶稣磔刑像。



我在这座石造的建筑物彼此相连的村庄里，连一辆车甚至自行车都没看到。我一边在小巷里散步，一边想着这座村庄在100年前也是这样的姿态吧。民居里传来人们的说话声和电视的声音，但我在路上几乎没遇到村民。路上随处可见修剪得十分精美的盆栽，里面种着鲜花或葡萄树。我来到有座小小钟楼的广场，这里阳光充足，我在这里第一次遇到了村民，是位老爷爷，他向我打了招呼。有一处民居的屋檐下挂着鸟笼，我在这里第一次看到虎皮鹦鹉，其中黄色的那只，毛色非常鲜艳。





这是一座大村庄，房屋从山坡一直建到了山脚下的平地。我先来到位于高处的广场，从广场延伸出去的几条小路开始依次巡游。许多地方的古老建筑都在进行修缮工程。建于12世纪的圣徒埃米利亚诺教堂的门正开着，透过圆窗照射进来的光呈放射状，照耀着侧廊。祭坛上的圆顶上画着花的图案，十分精美。附近有座博物馆，我花4欧元买了门票进去参观。里面展示着保留下几百年前的色彩的鲜艳壁画，还有许多古老的农具。



翁布里亚大区

Umbria

特雷维

Trevis



可以俯视清澈的
克利通诺河的村庄

旧圣方济各修道院现在被改建为博物馆，可以在里面欣赏绘画作品和与橄榄相关的资料。另外，从特雷维村的中心位置，面向弗拉米尼亚大道往南走，可以看到收藏佩鲁吉诺最后之作的圣母流泪神迹教堂。在克利通诺河沿岸散步十分惬意。村庄里还有建于1887年的克利通诺剧院，平时会在这里举办音乐会等活动。

翁布里亚大区

Umbria

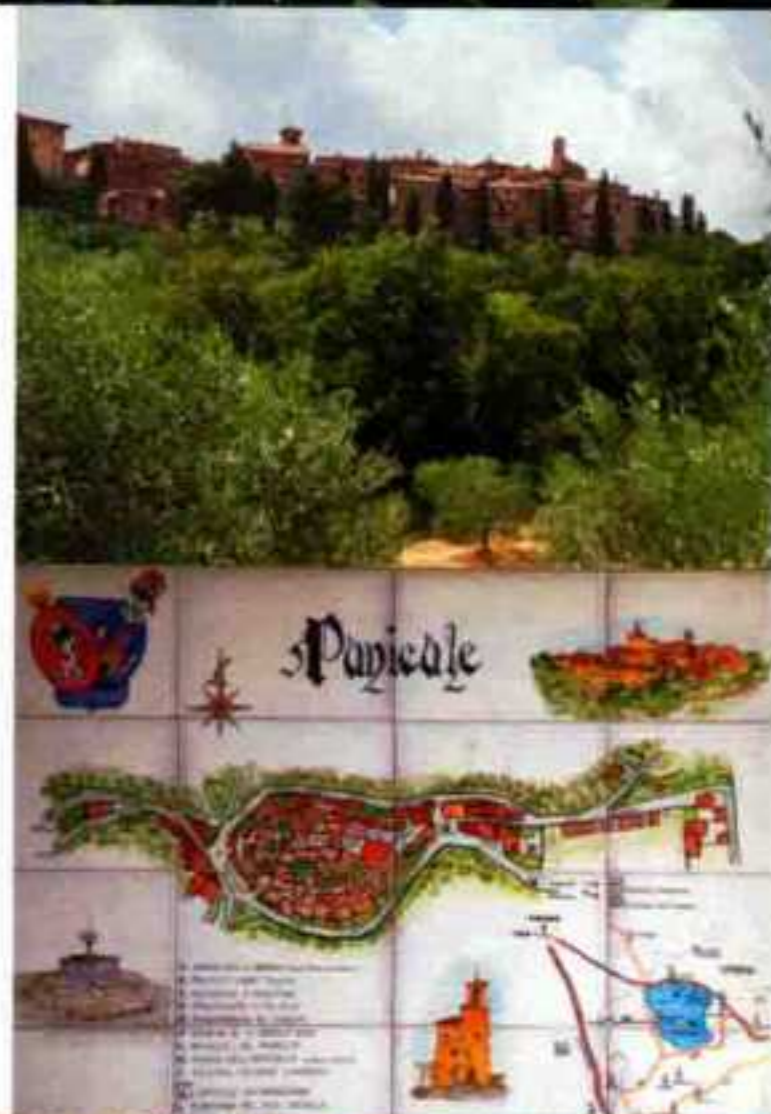
帕尼卡莱

Panicale

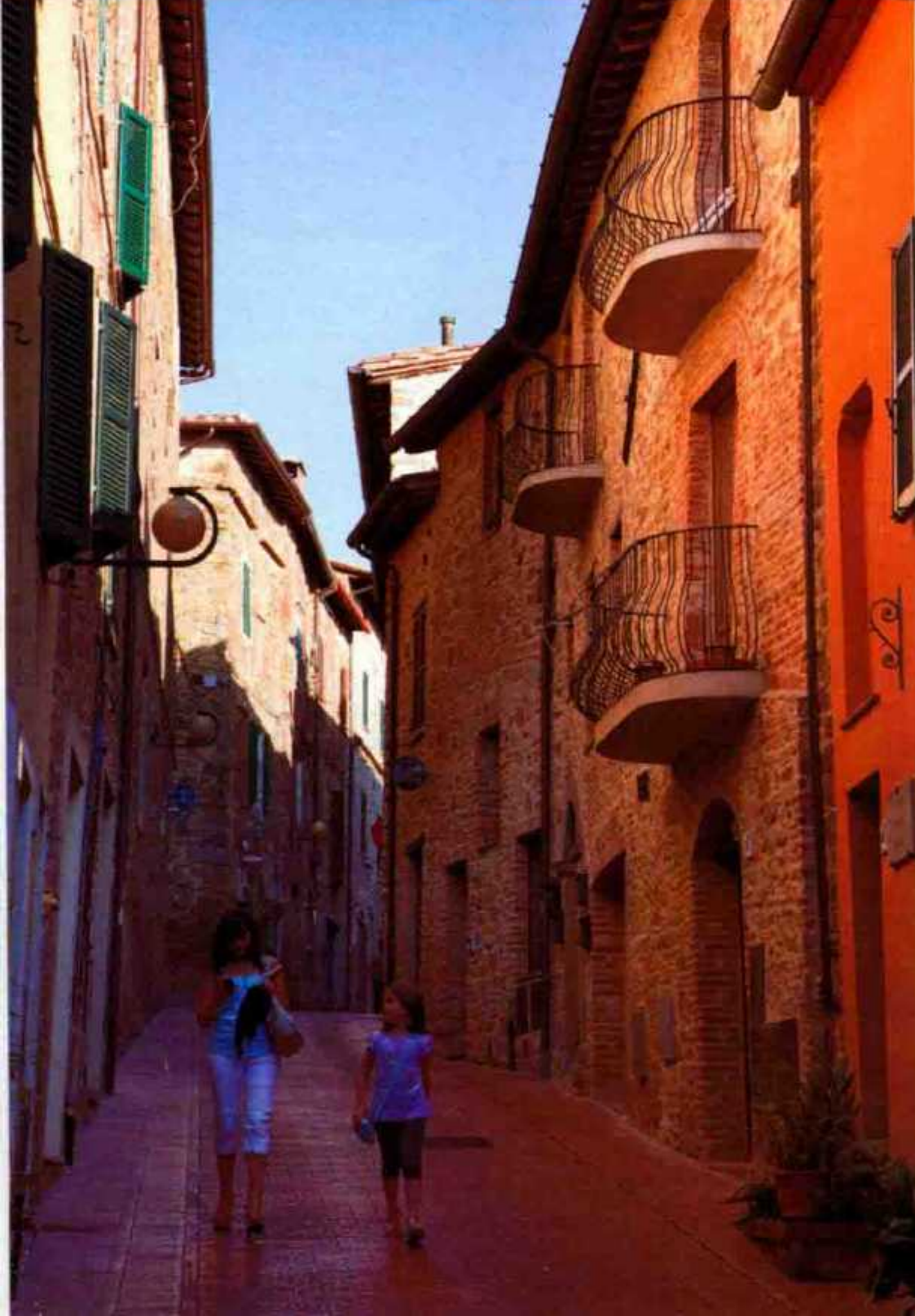
保留许多文艺复兴时期 艺术作品的村庄

圣塞巴斯蒂昂教堂里保存着1505年佩鲁吉诺绘制的壁画《圣塞巴斯蒂昂的殉教》，还有拉斐尔绘制的壁画《玉座的圣女》。另外，村中的切萨雷·卡普罗尼剧院建于18世纪，在19世纪由建筑师乔瓦尼·卡普罗尼修复，现在的样子非常美丽。

我一边望着绿油油的葡萄林，一边登上山丘，眼前出现了一座小村庄。我拿到了一张漂亮的手绘地图。这天刚好是周日，广场上摆出几个小摊，当地人正热闹地买东西。村里有许多古董店和日用品杂货店。我到石砌的圣弥额尔总领天使教堂参观，不过里面一片漆黑，什么都看不见。和我一起进去的一对夫妻往箱子里投币后，四周突然明亮起来，我们被精致的祭坛迷住了。沿着小巷回到广场，发现这里聚集了好几辆法拉利，估计是爱好者的聚会吧。这样的景象真有意大利的风格。



村庄边界有几座 4-5 层的民居和城墙伫立在一起，在夕阳下被染成了红色。我原本以为这是一座大村庄，但穿过大门之后，不到 10 分钟就绕了一圈。村里也有一些高高的建筑物彼此相连，在阴暗的小巷里一个人散步时我感到意外的孤独。每次看到对面有村民走来就松了一口气，不由得主动和对方打招呼。我在村里没找到餐馆和旅店。另一扇门前面有座小小的广场，明天似乎要在这里举办音乐会，大叔们正在为此做准备。



翁布里亚大区

Umbria

帕恰诺

Paciano



14 世纪的大门展现着 以往风貌的村庄

位于特拉西梅诺湖以南，托斯卡纳大区附近重要战略位置的帕恰诺村，在历史上曾被卷入佩鲁贾、托斯卡纳大公国、教皇领地的霸权之争。村庄的基础构造形成于 13 世纪，后被 14 世纪建造的高达 600 米的要塞包围。这座要塞现在依然有八座高塔，保留了佛罗伦萨门、佩鲁贾门、拉斯特雷拉门这三座大门，并保持着以往的风貌。

翁布里亚大区

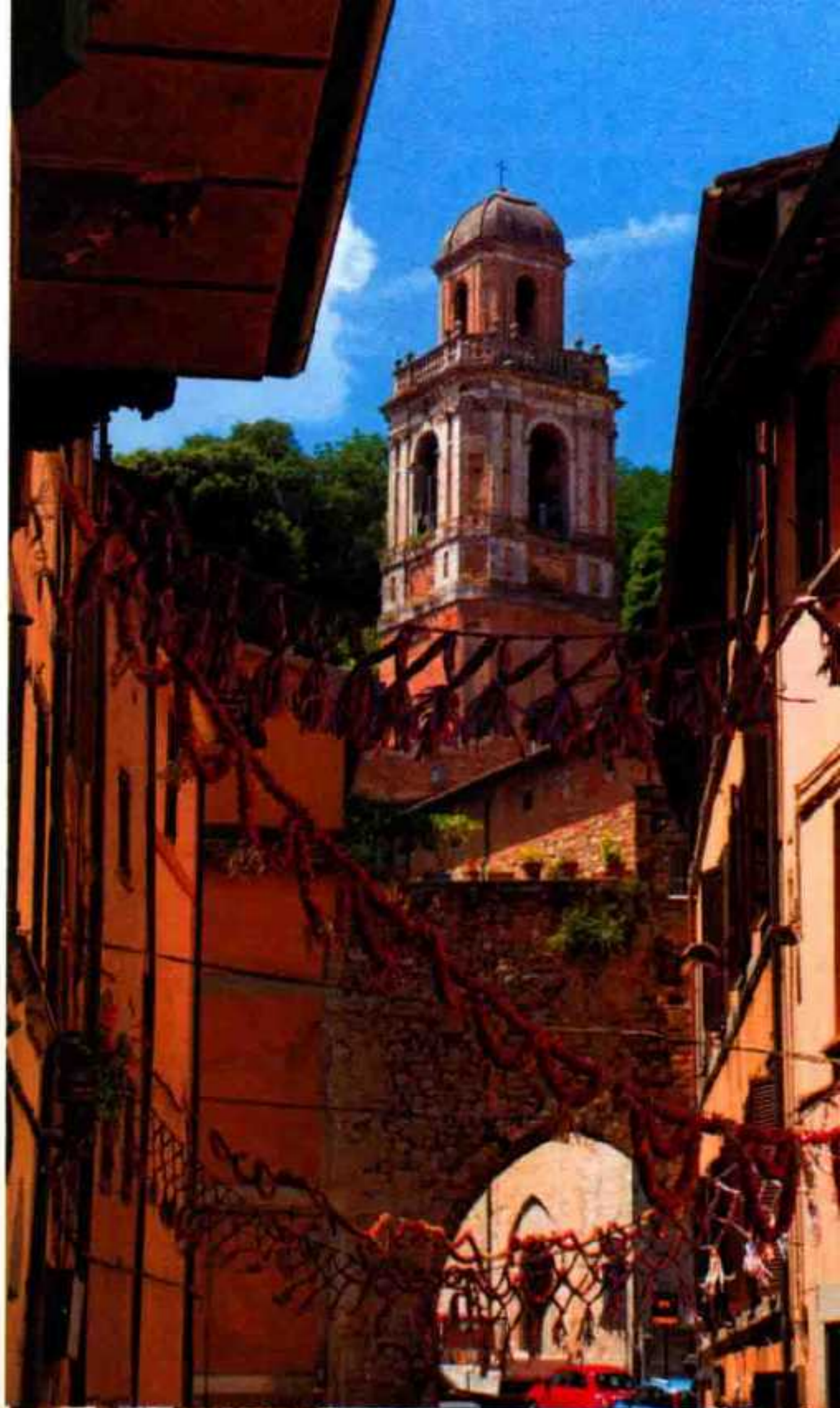
Umbria

圣安东尼奥

Sant'Antonio

属于佩鲁贾市中心区的一部分 保留中世纪景观的村庄

圣安东尼奥村是佩鲁贾市中心区的一部分。建于12世纪的圣安东尼院长堂里有两座祭坛，左侧出自保罗·吉斯蒙蒂之手，右侧的祭坛由贝内德托·邦迪耶拉设计。这个地区中世纪的街景保存得特别好，还能看到建于13世纪，并一直使用到19世纪的的水井。另外，位于高处的罗西·斯科蒂广场可以俯视村庄全景，还能感受中世纪城墙的范围之大，十分有趣。



就算走进佩鲁贾的老街区，也很难找到这座村庄。我问了4位路人，才终于找到。虽然街景没有什么特别之处，但从石砌的门和教堂的尖塔，可以看出这座村庄经历过漫长的历史。村里的柏油路十分狭窄，我小心翼翼地开车爬上坡道，10分钟左右就开到了村庄另一侧的门。巡游这座村庄让我体会到，平时容易忽略的普通街道，也保留着能被列入“最美村庄”的富有价值的历史和文化，这种感受我更加喜欢上了这个国家。



翁布里亚大区

Umbria

蒙泰法尔科

Montefalco



以萨格兰蒂诺葡萄酒和
橄榄油闻名的村庄

安杰利科修士的徒弟，贝诺佐·戈佐利在画作中曾描绘过这座村庄。建于1335~1338年的圣方济各教堂里，保存着许多艺术品，比如佩鲁吉诺的《耶稣诞生》，还有15世纪翁布里亚派的壁画，以及贝诺佐·戈佐利的《圣方济各的一生》。这座村庄中拥有DOP认证的橄榄油也很出名。

村庄周边种着许多橄榄树，风景就像明信片上的照片一般美丽。我在广场上的餐厅吃了意大利宽面条之后，开始在村里散步。村中有几家葡萄酒专卖店，还可以试喝好几种当地产的葡萄酒，我想葡萄酒爱好者肯定会很喜欢这里。陡峭的坡道上有一座建于1275年的圣奥古斯都教堂，教堂里很昏暗，一开始只能看到侧廊，不过等眼睛习惯了之后，墙壁和立柱上色彩鲜艳的壁画映入眼帘，让我无比感动。



翁布里亚大区

Umbria

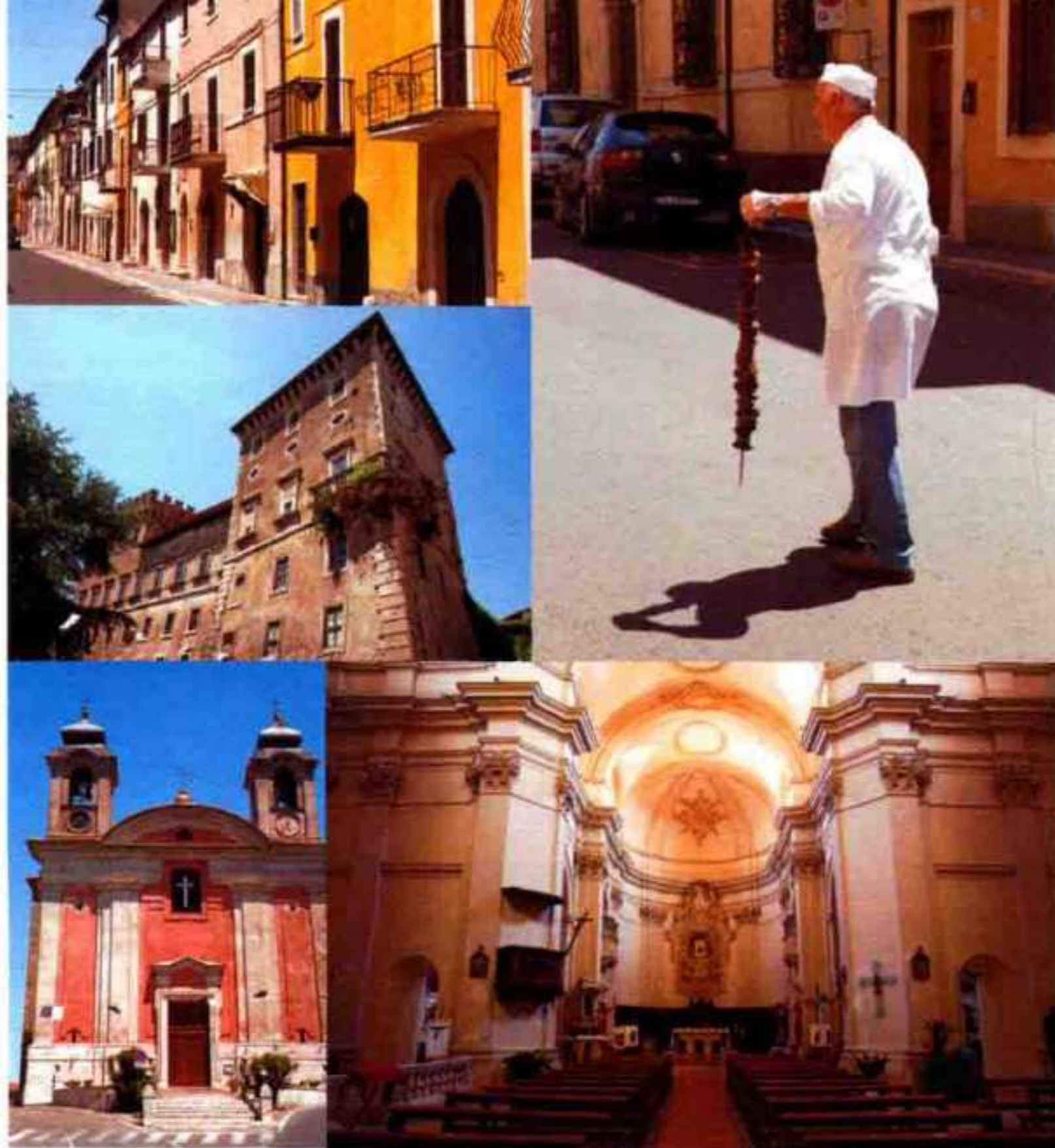
焦韦

Giove

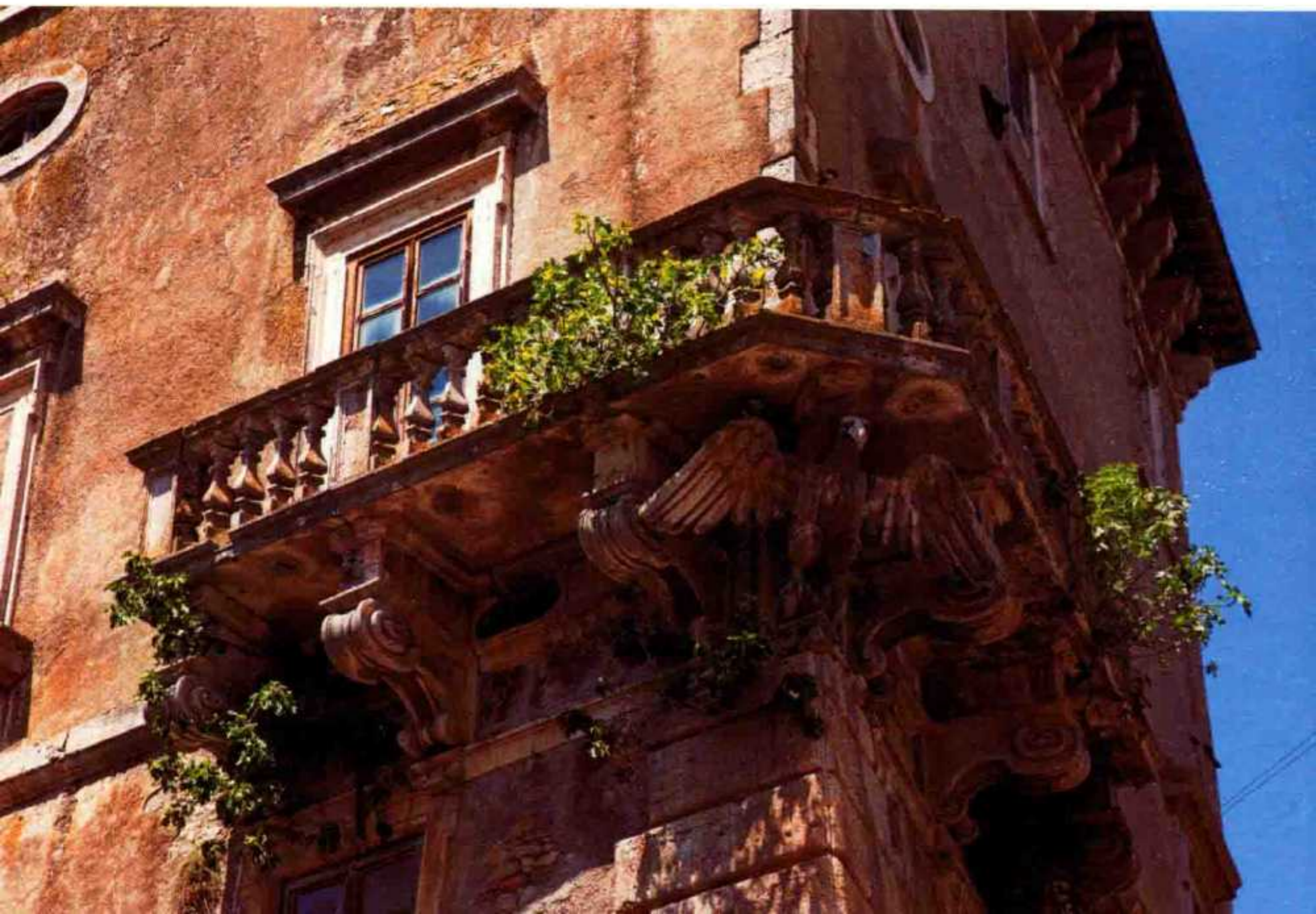


据说有着众神之王宙斯 (意大利语为“Giove”) 神殿的村庄

这座村庄里到底有没有神殿，现在已经不得而知，不过中世纪的公爵宅邸里，保存着以神话为题材的壁画。公爵宅邸位于5月24日广场，宅邸内部有365扇窗户，据说代表一年365天。另外，佩鲁吉诺的圣母教堂的墙壁上，挂着供奉的物品，代表人们对圣母恩宠的回报，各地有许多人前来拜访。



在村庄的入口处，首先映入眼帘的是巨大的焦韦城。我用手抚摸着墙壁走了一段，感觉城堡里似乎没人居住。在如今这个时代，就算有人住，估计也只是使用城堡里的某个部分而已。主干道两旁是朴素的民居。我看到一位提着肉横穿街道的主厨，不过稍微移开视线，他就不见了，不知道他进了哪家餐厅。道路交错的地方有一座高大的圣母升天教区教堂，教堂里有一条侧廊，正面外墙上的巨大十字架，给我留下很深的印象。



Lazio

拉齐奥大区



拉齐奥大区

Lazio

卡普拉罗拉

Caprarola



坚固的要塞成为美丽的
贵族宅邸 保留中世纪
模样的村庄

因罗马的大贵族亚历山德罗·法尔内塞的委托，文艺复兴时期的建筑家兼军事参谋小安东尼奥·达·桑加罗为建造用于防守的建筑物制定了计划，这就是现在村庄中的宫殿的起源。宫殿造型为五角形，是更有利于防守的形状。虽然从1520年动工，但之后停工了一段时间，直到1559年才由建筑师贾科莫·巴罗奇·达·维尼奥拉接收，建成一座精美的别墅。村里还完好地保存了法尔内塞家宅邸在中世纪时的模样。



我一边期待着鲜花节，一边登上坡道，来到巨大的法尔内塞宫殿前。这虽是一座五角形的建筑物，但从正面看是个长方体。我花5欧元买了门票进去参观。进去之后我立刻被螺旋阶梯上的壁画所震撼，那精致的程度使我无法再前进一步。宫殿里分成了好几个房间，所有房间的墙壁和天花板铺满了叙事壁画。我以前从未接触过如此神圣而绚烂的艺术，这次的参观给了我不小的冲击。









拉齐奥大区

Lazio

白露里治奥

Civita di Bagnoregio

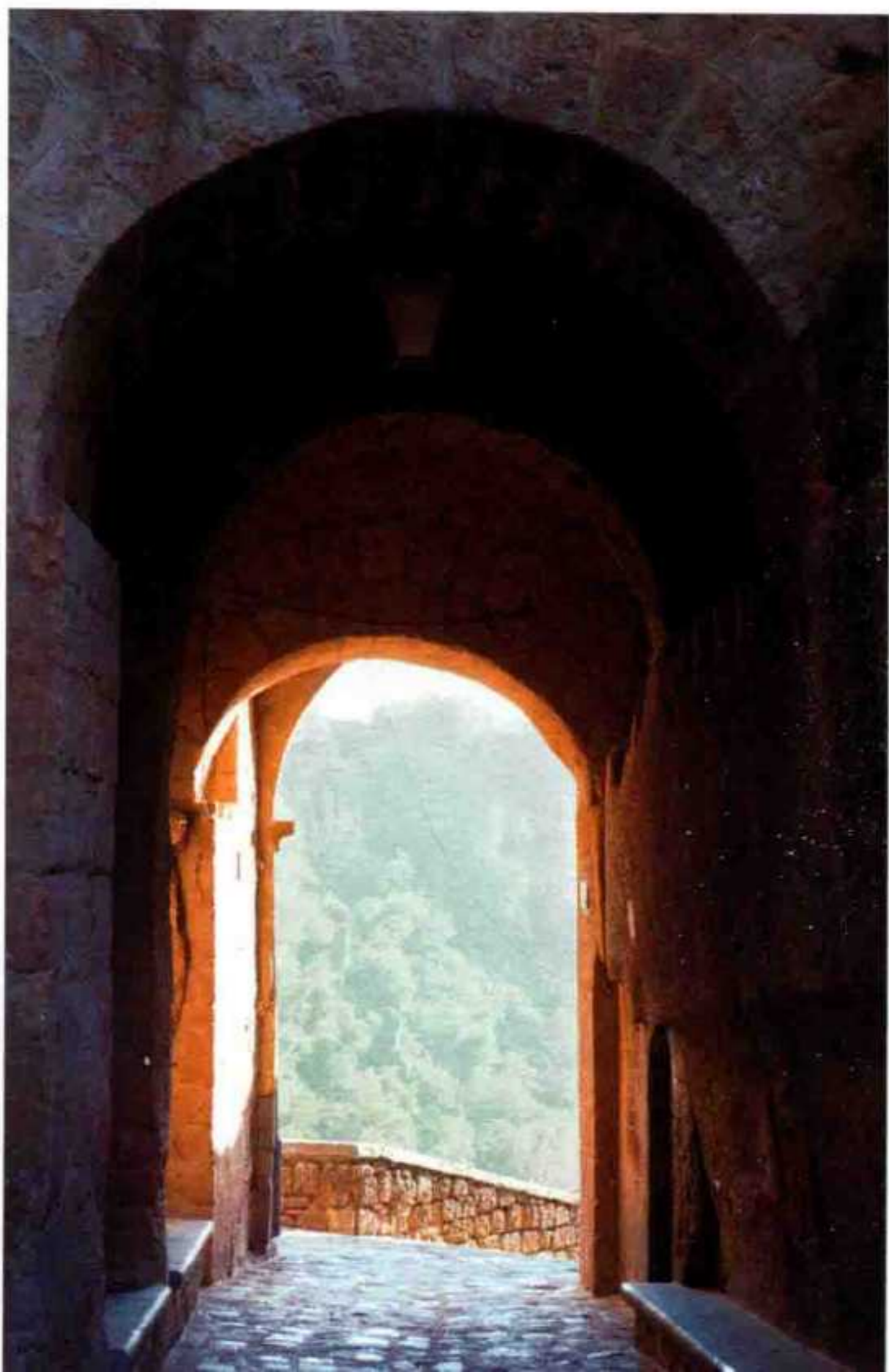


耸立在小山丘上 如同天空之城的村庄

这座“通向死亡的小城”，是属于巴尼奥雷焦镇的一个村落。起源于伊特鲁里亚文明，位于一座被凝灰岩层侵蚀得像小岛一样的山丘上。只有一座桥与外界相通，让这里成了一座天空之城。村庄入口的圣玛利亚门上，雕刻着代表打倒独裁者的村民的狮子形象。19世纪时，这座村子里居住着超过1000人，不过由于地震的影响逐渐减少，现在只剩下8位居民了。



我从眼前的村落开始巡游，首先到旅店订了间可爱的乡村风格房间（80欧元）。我一走上主干道，石碑前一位看着很闲的大叔就向我搭话，问我是不是日本人。广场上有一座枢机主教圣文德的雕像，雕像前有面向悬崖的田间小道。步行5分钟左右，视野突然变得开阔，frazione（分离村落）的壮丽风景出现在眼前。有一座长长的桥通向村落中央的大门，我马上通过桥进入村中。村里没有车子、招牌、电线等现代的东西，展现给人们的是一片中世纪的景象。广场上有一座罗曼式的圣多纳托教堂。









拉齐奥大区

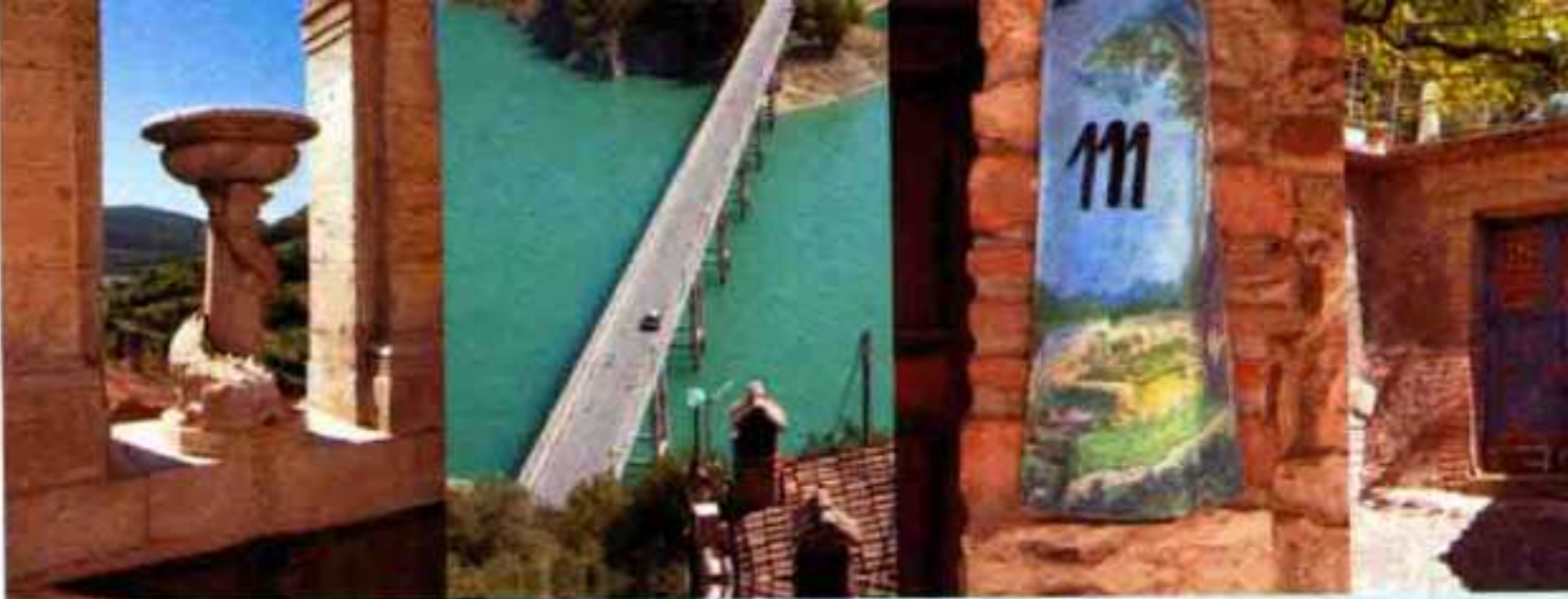
Lazio

卡斯泰尔迪托拉

Castel di Tora

拥有美丽的湖景和 中世纪农村风景的村庄

这座村庄从 11 世纪开始就有一座大修道院，在意大利统一前被称为“Castelvecchio（古城）”。如今图拉诺湖被重新整治，从村庄中心的波利戈那雷塔可以一望美丽的湖景。在空气澄澈的日子，还能从山顶上看到罗马梵蒂冈的圣伯多禄大殿。村中的建筑物以石块堆叠而成，再覆盖上木头和瓦片，保留了这个地区特有的中世纪农村风景。



村里有个可以俯视图拉诺湖的高地，湖面在午后炫目阳光的照耀下，闪着美丽的光芒。我一边欣赏石板路精美的纹样和玄关旁装饰的鲜花，一边在小巷子里散步。出人意料的是，这座村庄里竟然没有广场。接着我来到高处的波利戈那雷塔参观，不过这时正好没有开门。于是我先离开村子，开车沿着山路前进，大约 5 分钟后到达了可以将村庄景色尽收眼底的视野良好之处，这里的野花很美。





拉齐奥大区

Lazio

托雷阿尔费纳

Torre Alfina



有着贴近艺术的传统
如今也时常举办
现代美术展的村庄

这座村庄位于鲁芬诺山的保护区内，村名意为“塔之村”。很久以前这里就有高塔，之后才在周边诞生城镇和村庄。名为“房客”的现代美术展经常在这里举办，整座村庄都成了艺术作品的展示会场。在托雷阿尔费纳村所属的自治区首府阿夸彭登泰的圣体安置所的地下祭室中，保存着据说沾上了耶稣受磔刑时流下的鲜血的石头。

村里的城堡位于十分显眼的位置，我登上坡道，来到城堡附近，但没能进去参观。或许这里属于个人财产，没有对民众开放。城堡周围的石砌民居并排而建，有些民居的外墙上有绘画作品，看起来像是同一位艺术家所作。村外有一座圣母升天教堂，像是欢迎旅客似的敞开着大门。我欣赏有雕刻着玛利亚和七位天使的门楣，之后进入教堂献上了祈祷。



拉齐奥大区

Lazio

蒙泰圣焦万尼 坎帕诺

Monte San Giovanni Campano

以建于 6 世纪的修道院为中心
保留文艺复兴时期风貌的村庄

由于在 6 世纪时，圣若翰洗者修道院建在这座山丘上，因此修道院的名字变成了村庄的名字。以前作为要塞的这座村庄，现在依然能看到城堡中的五角形高塔，不过城墙只剩下了一部分。城堡周围以前曾有 36 座圆形和方形的高塔，而现在已经和民居融为一体，不过城堡内部依然保留了文艺复兴时期的风貌。山谷圣母教堂里还有一座高达两米的木质圣母玛利亚雕像。

周边的山丘上种着许多橄榄树。我进入村庄后，首先来到位于高处的城堡，再沿着从那里延伸出的小巷，漫步到村庄中心。到处都能看到圣人雕像和宗教绘画。山谷圣母教堂主祭坛上的高大圣母玛利亚雕像，被黄色的灯光照耀着，看起来仿佛在漂浮着。我在外面的广场上休息时，看到修女带着一群幼儿园的孩子走了过来，才知道这座朴素的村庄里住着那么多孩子。



拉齐奥大区

Lazio

科拉尔托萨比诺

Collalto Sabino

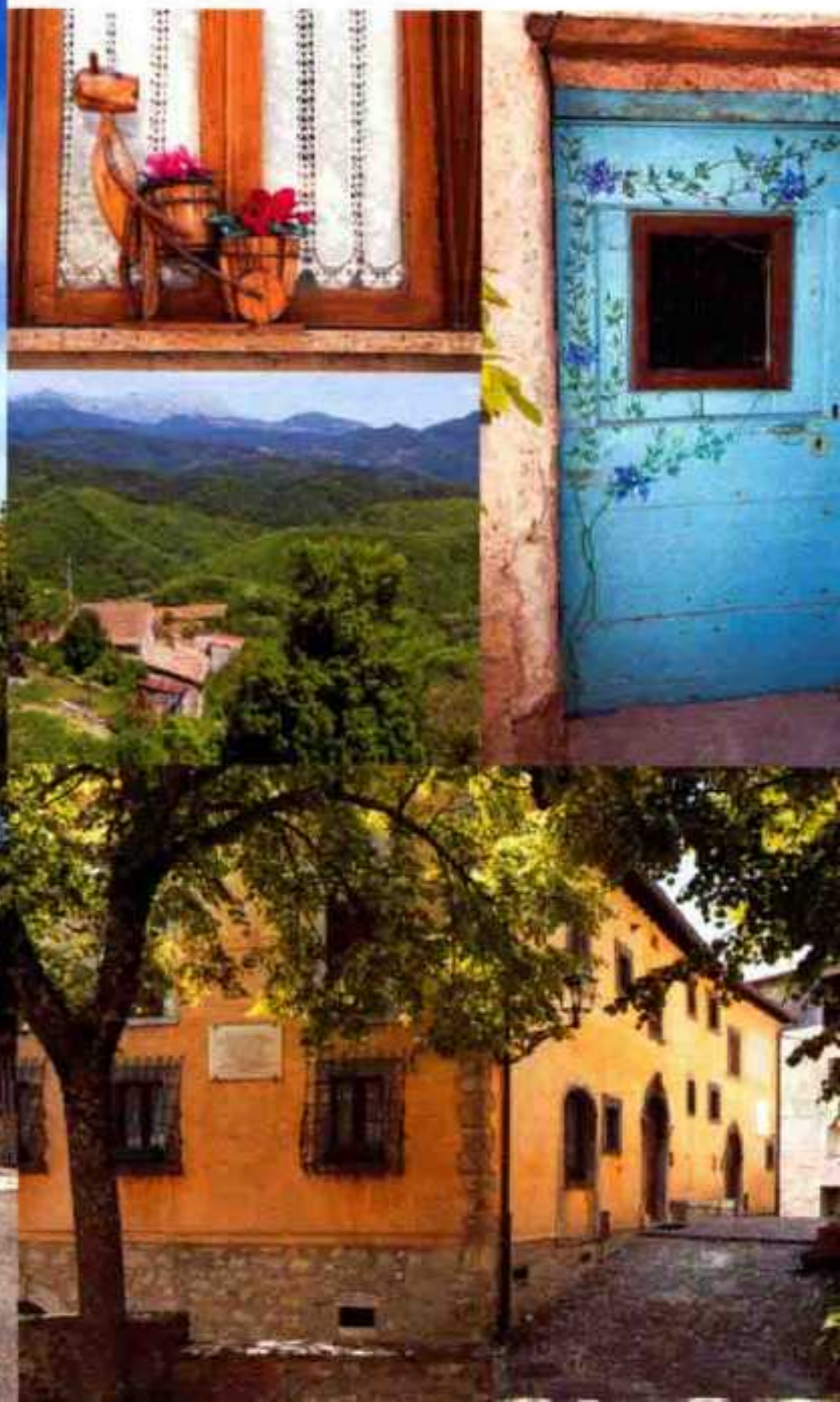


以 16 世纪的
巴罗纳雷城堡为中心
被美丽群山包围的村庄

这座村庄以建于 16 世纪的巴罗纳雷城堡为中心，被 15 世纪的城墙所包围。城堡的入口有座吊桥，里面有广阔的庭院和水井。在村里最高的塔上，可以眺望村庄全景，还能看到附近的大萨索山（阿布鲁佐大区亚平宁山脉的一部分）和泰米尼罗山。村庄郊外的圣若望山上，有着以罗马时代的寺院遗迹为基础建成的修道院的遗迹。这座村庄位于切尔维亚山公园和维尼亚山公园中。



我在村里首先看到的是拥有气派圆形花窗的新哥特式和平圣母教堂，这里的门敞开着，在外面也可以进行祈祷。穿过石门进入村里，虽然小巷复杂交错，但在哪里都能看到巴罗纳雷城堡，因此不会迷路。这时正值 35 度的高温之夏，石板路反射而来的阳光令人感觉酷热难耐，我走了 15 分钟就坚持不下去了。村民们也都在家里闭门不出。天气如此炎热，我终于理解村中为什么有那么巨大的喷水池了。



拉齐奥大区

Lazio

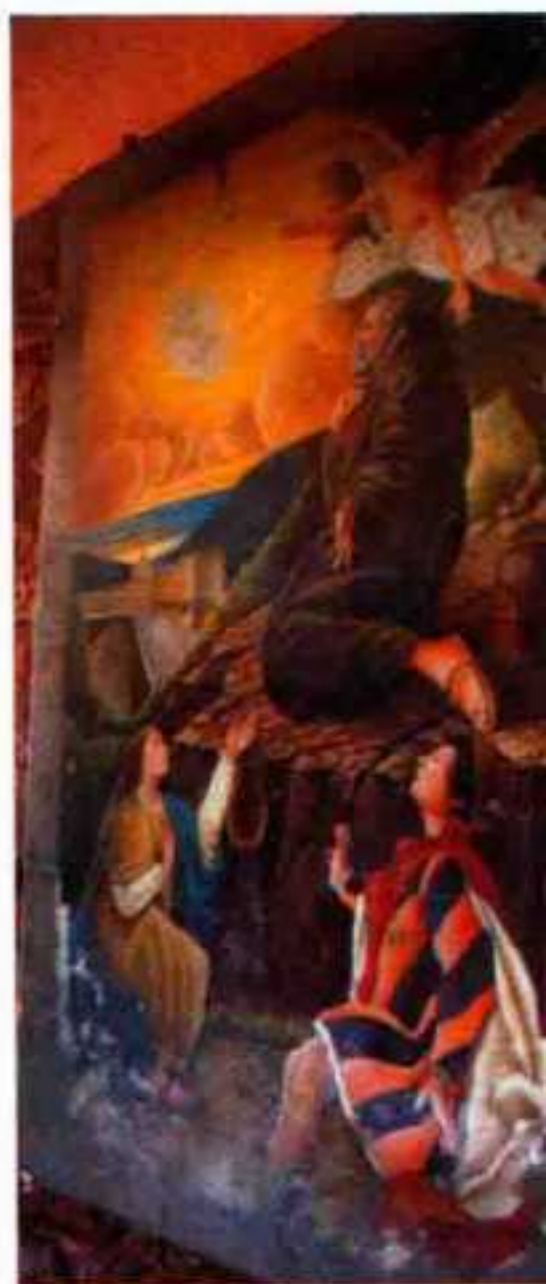
圣多纳托瓦尔迪科米诺

San Donato Val di Comino

如迷宫般交错的小巷守护着村民
盛产橄榄的村庄

狭窄的石板路和石梯，还有屋檐下的通道，复杂地交错在一起，就像迷宫一般。据说这是聪明的村民为了在外敌人入侵时保护自己，并缓和冬季寒风的气势而设计的。位于科米诺山谷中，海拔 700 米的这座村庄，从中世纪开始就以大自然馈赠的橄榄油闻名于世。特别是在 16 世纪，德·玛莉娜家从西班牙引进并培育了“马利涅橄榄”。用这种橄榄榨出的橄榄油浓香四溢，现已成为村里引以为傲的特产。

两旁种着美丽梧桐树的林荫道迎接着旅客。小巷大多由石梯组成，攀登石梯来到位于村庄最高处的塔时，我看到有只猫也来了，不知它从哪里过来的。我推开瓦尔迪科米诺主座教堂（圣玛策禄堂）的大门进去参观，从侧廊眺望祭坛时，正在擦拭祭坛的老奶奶问我：“要不要帮你把蜡烛点上？”河岸边的酒吧里，有几个村里的男人正在大声聊天。一位大叔指着前方说：“到那条巷子里看看吧。”我走到他所说的小路中时，在小小的隧道里发现了精美的壁画。在离村子有点距离的山丘上，可以眺望村庄的全景。





拉齐奥大区

Lazio

苏比亚科

Subiaco



建造了许多修道院 宗教色彩浓重的村庄

村中有本笃派的修道院，对宗教人士来说这是座值得一游的村庄。罗马皇帝尼禄的别宫曾设在这里。6世纪时，诺尔恰的圣本笃为了迎接弟子，在这里修建了13座修道院，不过现在只剩下圣思科拉斯迪卡修道院和圣贝内代托修道院（别称为圣斯派科）了。圣本笃修道院沿着巨大的岩山而建，内部有在岩山中挖洞而建的礼拜堂和教堂，就像迷宫一样。



这是一座位于山中的大村庄，我一开始先参观了建在主干道上的圣安德列使徒圣堂，之后的目标是位于高处的城堡，于是沿着两旁建有民居的小路前进。在古老的建筑物前面，有详细记载历史的介绍板。高处的广场上有一座山谷圣母教堂，据说以前因地震和战争受到损坏，重建了好几次，教堂里的圣母像打动了我的心。再向前走，便来到了有着巨大钟塔的波吉亚城堡，因只对旅行团开放，我来得不巧，只能放弃参观。



拉齐奥大区

Lazio

斯佩尔隆加

Sperlonga

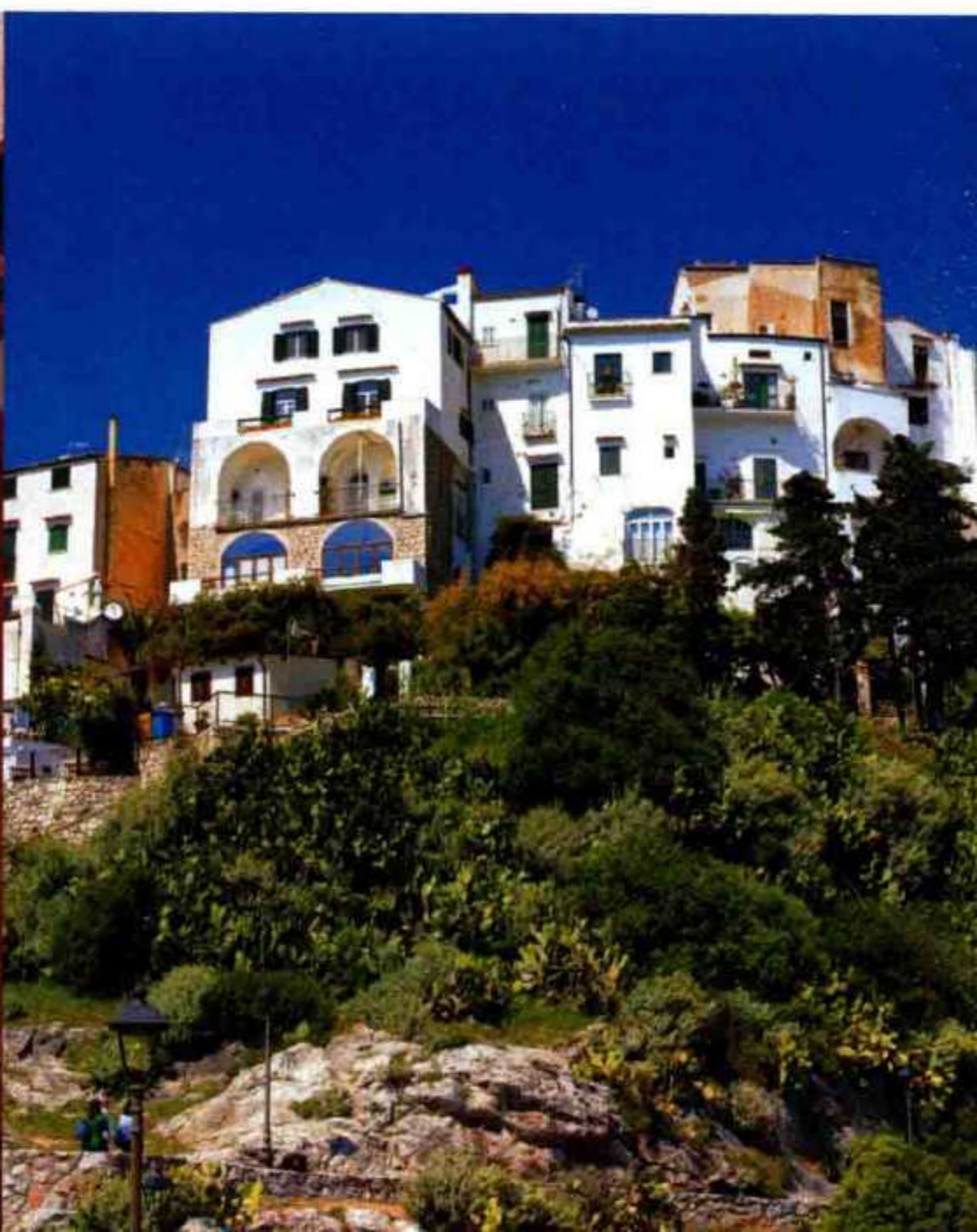


罗马皇帝的洞窟别墅 守护村民不受海盗侵扰的村庄

这是一座位于峭壁上的村庄，名字在拉丁语中意为“天然的洞窟”。以前人们在洞窟中建造别墅，中世纪时为了预防海贼的入侵，人们又把村庄建在圣玛尼欧峭壁上，因此村中有许多坡度很大的阶梯和狭窄的道路。为了戒备海盗，村中建造了三座塔，分别是特鲁利塔、卡波文特塔、尼比奥塔。狄比利乌斯洞窟曾被用作罗马皇帝的别墅，现在可以在考古学博物馆里，看到以前别墅中被抢走的物品。



我一边眺望碧蓝的第勒尼安海，一边在村子里散步。炫目的白色墙壁让我不由得眯起眼睛，那白壁已经多次被重新涂上了漆，可以感受到漫长时光的流逝。视野开阔的广场上种着好几棵高大的橄榄树。旅游旺季，也就是夏天快要来了，特产店和餐厅都在进行装修。参观了建于16世纪的监视塔之后，我在海边的餐厅吃了用虾、章鱼、乌贼、青口贝和花蛤做的海鲜烩面。我对服务员说想到店里的官网上写一些关于菜品的评论，于是他给了我印着网址的名片。





拉齐奥大区

Lazio

冈多菲堡 Castel Gandolfo



从17世纪开始作为教皇的
别墅区闻名
可以眺望美丽景色的村庄

村名来源于12世纪冈多菲家建造的城堡，冈多菲堡。从1626年开始，这座城堡一直是教皇的别墅。每年都会有很多人参加8月份在教皇别墅举行的弥撒。教皇别墅的庭院和喷泉由著名建筑师吉安·洛伦佐·贝尼尼设计，他的作品还有罗马的西班牙广场上的破船喷泉 (Fontana della Barcaccia)、梵蒂冈的圣伯多禄大殿的房顶等。



站在瞭望台上，可以将阿尔巴诺湖的美景尽收眼底，湖上有人正在练习皮划艇。主干道旁，特产店和餐厅相连，还有许多卖教皇肖像照片的店。我到有着精美圆形拱顶的维拉诺瓦的圣托马斯教堂里做了祈祷。之后来到冈多菲城堡面前，但不能进去参观。我从外面望着这座大型建筑物，发现有个窗边放着一台望远镜，看来从那里可以一望罗马郊外的小村庄、夜景，还有美丽的星空。







我来到这座村庄的时候，拉科曼达帝圣母教堂正在举行婚礼，教堂前十分热闹。我沿着小巷子走到村子内部的圆柱形的高塔附近，不过高塔在私人房产的内部，无法接近。村庄的主干道有家餐厅，服务员对日本人来到这里感到非常高兴，送了我一份橄榄油拌西葫芦和马苏里拉奶酪。我点了意大利面，品尝到了肉酱意大利宽面条，热乎乎的面条非常美味。

拉齐奥大区

Lazio

奥尔维尼奥

Orvinio

在典雅的教堂和
新鲜的空气中
感受历史和艺术的村庄

这座村庄里不仅有拉科曼达帝圣母教堂、圣雅各伯教堂、瓦莱博纳圣母教堂，还能看到巴洛克时代的画家文森佐·玛内迪的一系列作品。特别是圣雅各伯教堂，由设计过梵蒂冈的圣伯多禄大殿房顶的著名建筑师吉安·洛伦佐·贝尼尼亲手设计。另外，村中的城堡是16世纪由奥尔西尼家族扩建的。





拉齐奥大区

Lazio

坎波迪梅莱

Campodimele

名为“蜜蜂的原野”
圆形城墙中的宁静村庄

这座村庄位于山顶，可以俯视周围的山谷。村名源自拉丁语“Campus melisse”，意为“蜜蜂的原野”。这里以前似乎是牧羊人、樵夫等隐居的地方。村庄被圆形的城墙包围，还有一座11世纪建造的高塔。城墙中的空间现在也用于居住，作为国家的文化遗产受到保护。城墙外面的道路被称作“爱之路”或“恋人之路”，散步时能感受到一如既往的大自然气息。

这是一座位于小山上小村，不到10分钟就能绕村庄一圈。村里没有旅店或餐厅，我正在想是否直到离开也遇不到一个村民，就刚好在小巷子里看到正在闲聊的老奶奶。她们十分好奇地问我为什么到这里来，接下来要去哪个村庄。在村里视野较好的地方，有座大大的露天剧院，舞台的背后是美丽的群山，让人不禁想象，沐浴在大自然的光线和微风中进行表演的演员的样子。



拉齐奥大区

Lazio

博维莱埃尔尼卡

Boville Ernica

有着许多珍贵的马赛克画
和女性僧侣制作的
精美手工工艺的村庄

圣伯多禄伊斯帕罗修道院里，有着乔托·迪·邦多纳绘制，以天使为主题的马赛克画，这是在别处看不到的作品。修道院里的女性僧侣手工制作的刺绣，用在陪嫁用品（床单和桌布）和婴儿的衣物上。在春季的Easter（复活节）期间，村里还会举办民族风的音乐会、艺术品展览会等活动，餐厅里可以品尝到复活节料理，村子会因节日的各种庆典而非常热闹。



穿过巨大的门进入村庄，广场上有座圣弥额尔总领天使教堂，正面外墙类似罗马的佛罗伦萨圣若望圣殿。教堂附近有位大叔在卖新鲜的水果和蔬菜，我想买一个枇杷，他说一个的话不用钱，就送给我了。我购买一盒草莓作为回礼，结果他又送了我一盒，于是我就这么拖着草莓在小巷里散步。村里到处都有历史悠久的建筑物，还有许多附带塔和阳台的高大民居。



·  ·

Abruzzo

阿布鲁佐大区



阿布鲁佐大区

Abruzzo

卡斯泰利

Castelli



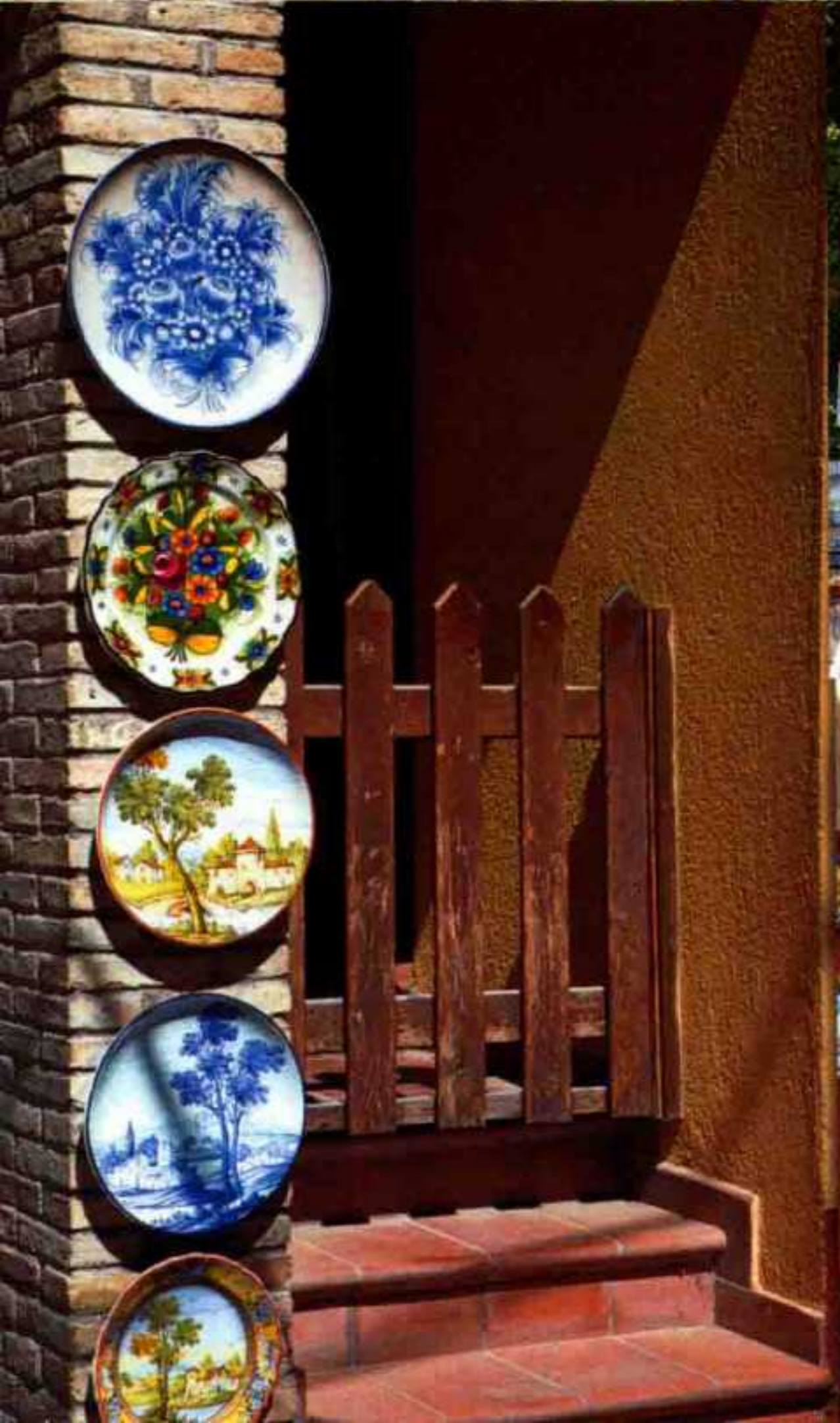
用马约利卡陶瓷装饰的 教堂值得一观 还能欣赏众多陶器的村庄

卡斯泰利这个名字意为“城堡”。村庄位于海拔 500 米的位置，中间有村务大楼和圣若翰洗者堂。圣多纳托教堂是意大利唯一一座天花板装饰着马约利卡陶瓷的教堂，在 1615~1617 年间全村的陶艺工匠都参与了制作。从村庄中心的广场上，可以眺望大萨索山脉的群山。



村中有许多陶器专卖店，还有一条大街上摆着巨大的玻璃展示柜，陶艺工匠们将作品放在里面展示并销售。我仔细欣赏了装饰盘和水壶等作品，其精巧的设计和美丽的色彩非常吸引人，让我不知不觉花费了不少时间。在村里没有看到别的旅客，我为可以独占这野外美术馆感到无比喜悦。之后我来到开在某座建筑物地下的餐厅，吃了当地的乡土料理——凉拌塔科尼产的羊羔肉。离开餐厅前我对服务员说“非常美味”，他回了我一个大大的微笑。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

帕琴特罗

Pacentro



位于国家公园中
拥有建于 10 世纪
的城堡的村庄

这座群山环绕的村庄坐落在马耶拉国家公园的中心位置，最高海拔 2800 米，也就是阿马罗山的山顶。村庄中心的高地上有一座建于 10 世纪的卡尔多拉城堡，外表庄严肃穆。城堡在 13~15 世纪间被扩建，变成一座规模宏大的城堡。众圣教堂建于 16 世纪，教堂钟楼的高度居大区内第二。村庄附近的努斯卡山丘中的某个洞窟里，还保留着石器时代的壁画，上面用土黄色的线条画着 8 位手持弓箭狩猎的猎人。



进入村庄后，首先映入眼帘的就是卡尔多拉城堡的高塔，和有着金字塔形状尖塔的慈悲圣母教堂的钟楼。村里有大量的古建筑，墙壁均已斑驳。不过每条小巷子被打扫得很彻底，很多地方装饰着鲜花，让人觉得这座村庄十分干净。有些民居的大门旁边，有用陶土制成的门牌号，我想应该是出自同一位艺术家之手。我推开教堂的大门，里面的圆柱和天花板上的雕刻以白色为基调，其精美程度难以用言语形容，让我不禁看得入迷。之后我沿小路向后山走，从一处开阔的地方眺望村庄全景，简直就像一幅画。我在心中默默对自己说，几年后一定还要来造访这座村庄。











阿布鲁佐大区

Abruzzo

奇塔圣安杰洛

Città Sant'Angelo

能远眺亚得里亚海
以葡萄酒和橄榄油
闻名的村庄

这座村庄有着“天使之街”的美名，从这里能眺望大萨索山脉的群山和佩斯卡拉市的海岸线。主干道上延伸出去的小路纵横交错，可以明显看出中世纪村庄的特征。圣弥额尔总领天使教堂是这座村庄的标志性建筑，1326年由雕刻家莱蒙德·迪·波吉奥设计的大门别有韵味，令人惊叹。教堂内部为巴洛克风格。这里产的葡萄酒和橄榄油持有DOP认证，远近闻名。



村里的主干道像城市里的街道般热闹繁华，一直延伸到村庄深处。两旁虽然有一些食品店和杂货店，但都没什么客人。村庄中有三座大教堂，我参观了建于1571年的圣方济各教堂。光线从圆顶的采光窗中倾泻而下，使祭坛显得比外面的小巷明亮得多。附近还有一家意式小餐馆，不过店里只卖披萨，我品尝了一份服务员推荐的披萨。我想找家旅店住一晚，但没有找到。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

卡斯泰尔德尔蒙泰

Castel del Monte



蕴含“山城”之意 拥有巴洛克风格教堂的村庄

这座村庄的标志性建筑，是一座建在高处的庄严肃穆的钟楼。巴洛克风格的苏弗拉乔圣母教堂内部，有一台16世纪的金色风琴和高达12米的祭坛。祭坛虽是木制的，但表面覆盖着金箔，里面还有一座15世纪制造的圣母像。教堂旁边有座展望台，可以看到圣马可谷和卡拉肖要塞。

村庄位于山的斜面，从远处可能清楚地看到村庄的样子。村里特别安静，静得不由让人怀疑，这里是否真的有人居住。我在小巷中来回穿梭，但都没有遇到这里的居民。突然传来一阵巨大的钟声，我循声而去，最后发现了一座小教堂。教堂的门上着锁，无法进去参观。我在山的侧面发现了一条两旁都是现代建筑的街道，有食品店、杂货店，还有酒吧，我在这里才遇到了村民。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

罗卡圣焦万尼

Rocca San Giovanni

拥有保存完好的
美丽海岸线 将亚得里亚海
尽收眼底的村庄

村庄现在依然保留着 13 世纪城墙的一部分，可以看到中世纪建造的高塔。这座村庄位于特拉布奇海岸附近，从村庄高处可以将亚得里亚海尽收眼底。特拉布奇这个词从以前就意为用于捕鱼的小屋和渔网，现在也被当地人们用作此意。这个地区的美丽海岸线受到欧盟的认证，在 2004 年还因保持优美的自然环境而受到称赞，被授予“Bandiere Blue（蓝色旗帜）”的认证。



村庄中央有个大广场。在酒吧里避雨的男人们，眼神一直跟着我这个突然出现的旅客。圣玛塞教堂的门锁着，我听到男人们在说“要不要来个人去帮他开门”。在狭窄的小巷的墙壁上，装饰着裱起来的绘画。这些画是印刷品，似乎好几年前就挂上去了。村子的边缘有一片石围墙，围墙前方是落差很大的深谷。这时由于下雨产生了浓雾，无法眺望海面。





我以建在村庄最高处的塔为目标开始步行，虽然无法进入塔中，但在旁边俯瞰的村庄全景十分美丽，我不禁看呆了。主干道两旁有着美丽的3~4层建筑物相连，让人感觉像是在城市里漫步。许多村民似乎刚做完礼拜，都聚集在悲伤圣母教堂前的广场，正愉快地聊天。我到建于18世纪的悲伤圣母领报教堂参观，大理石造的小型祭坛上，装饰了描绘着圣母的画。

阿布鲁佐大区

Abruzzo

因特罗达夸

Introdacqua

名称意为“水中”
拥有丰富水资源的村庄

建于1706年的喷水池，担负着把水运到村庄中心的重任。另外，建于17世纪的钟楼在过去的4~5次地震中都没有崩塌，因此被当做安全的象征。村庄最高的地方有一座高塔，围墙呈独特的六角形。众圣教堂建于15~16世纪，内部收藏着守护圣人圣费利西亚诺的遗骨。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

阿巴泰焦

Abbateggio



位于阿布鲁佐大区的
母亲之山——马耶拉山
山麓的村庄

传说从前住在山上的修道僧们，曾经看见艾鲁齐纳之丘发光，圣母玛利亚出现的景象。在这座山丘上，可以眺望延绵的大萨索山雄伟的风光。山丘上还有重建于1927年的艾鲁齐纳圣母祈祷堂，纪念15~16世纪圣母出现的传说。祭坛下放着一冬青栎的树干，据说圣母当时出现在这棵树下。



这是位于山丘上的一座小村庄，住着约420位村民。石砌的古老民房和雪白墙壁的崭新民房混杂在一起。村里没有看到食品店和杂货店。我听到“咻、咻”的声音，循声而去，只见一位老奶奶正在用扫帚打扫玄关周围。视线相对，老奶奶向我微笑了一下。我参观了圣洛伦佐教堂和圣母圣衣朝圣地，一共在村里度过了两小时左右，遇到的村民只有那位老奶奶一个人。

阿布鲁佐大区

Abruzzo

巴尼亚拉

Bugnara



拥有建于 11 世纪的
贵族宅邸和古罗马
时代遗迹的村庄

圣玫瑰教堂是建于1602年的巴洛克式建筑，旁边有一座建于 15 世纪的喷水池。另外，建于 11 世纪的公爵公馆是十分坚固的建筑物，据说地下还有秘密通道，但至今尚未被发现。大圣母玛利亚大教堂是建于 11 世纪的哥特式教堂，建在古罗马时代的寺院遗迹上，教堂内部还保留着古罗马时代的遗迹。

村庄建于平缓的山坡上，不管哪条路的视野都很好，还能清楚地看到几公里外正在修建的高架桥。村里的几间古老民居正在修理，还有许多不知已有多少年没有主人的民居。小小的广场上有一座巴洛克样式的圣玫瑰教堂，虽然没能进去参观，不过通过外面的介绍板，可以看到教堂内部美丽的样子。我在周围的橄榄树林散步时，有一只狗跟在我身后。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

彭内

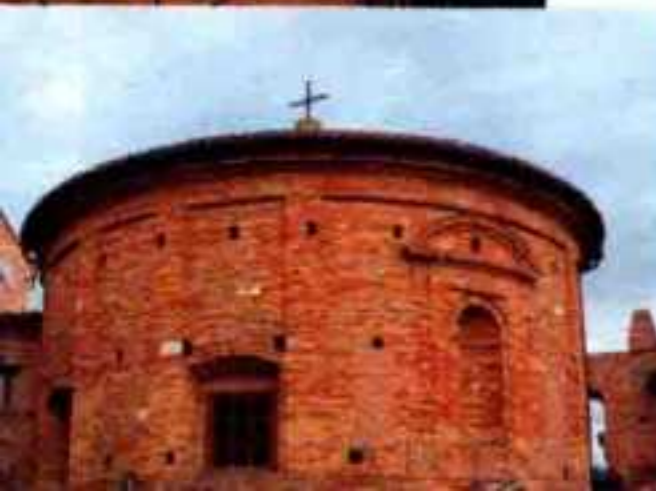
Penne

从山丘上眺望时可以 欣赏红砖房屋的村庄

村庄位于两座视野开阔的山丘上，由于时代的变化和1944年的空袭，有一部分遭到破坏，不过红砖建造的最古老的部分依然是村子的特色。村庄入口处建于1780年的圣方济各门非常美。一边欣赏历代领主的宅邸一边散步，可以到达米兰主座教堂。这座教堂在868年时已经位于此处，地下圣堂、玄关、圆形花窗和钟楼都保留了原有的样子。地下圣堂还和收藏宗教物品的博物馆相连。



这是一座位于彭内湖附近山丘上的大村庄，村里现代化的建筑物和超市林立，称之为城镇也不为过。我先从西侧的大门进入村子，参观了古老民居相连的住宅区，还有建于1886年的大型汲水场。气派的外表看起来像美术馆似的建筑物，其实是十分普通的服装店。东侧的大门附近有圣尼古拉教堂、圣阿戈斯蒂诺教堂等建于14~16世纪的美丽红砖建筑。





草地上，有一位农民正在用干草叉收集干草。村里无论是停着车的喷泉广场，还是相连而建的民居，万籁俱寂。我登上小巷里的台阶，走着走着发现，眼前的建筑物都成了废墟。在风吹日晒的石砌拱门、石壁和木门间，盛开着紫丁香和玫瑰。村庄的最高处还伫立着一座城堡，里面有人居住。离开村庄之前，我在一家小餐厅品尝了这个大区最传统的意大利面，也就是茄汁吉他弦意大利面。

阿布鲁佐大区

Abruzzo

纳韦利

Navelli



可追溯至 13 世纪的
犹太人居住区
依靠农业和贸易致富的村庄

村里有个古老的传说，据说以前有 9 座村庄加入十字军，因圣战彼此合作，之后结合成一座村庄，这就是纳韦利村。这里自古以来生活着牧羊人和农民，依靠藏红花贸易发家致富。圣塞巴斯弟昂教堂里有座钟楼，以前归城堡所有。在经历了 1703 年的地震后，教堂被改建成巴洛克风格的建筑。村中的奇维塔雷迪卡地区还保留着可追溯至 13 世纪的犹太人居住区，那里的犹太会堂和街景非常漂亮。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

安韦尔萨德利亚布鲁齐

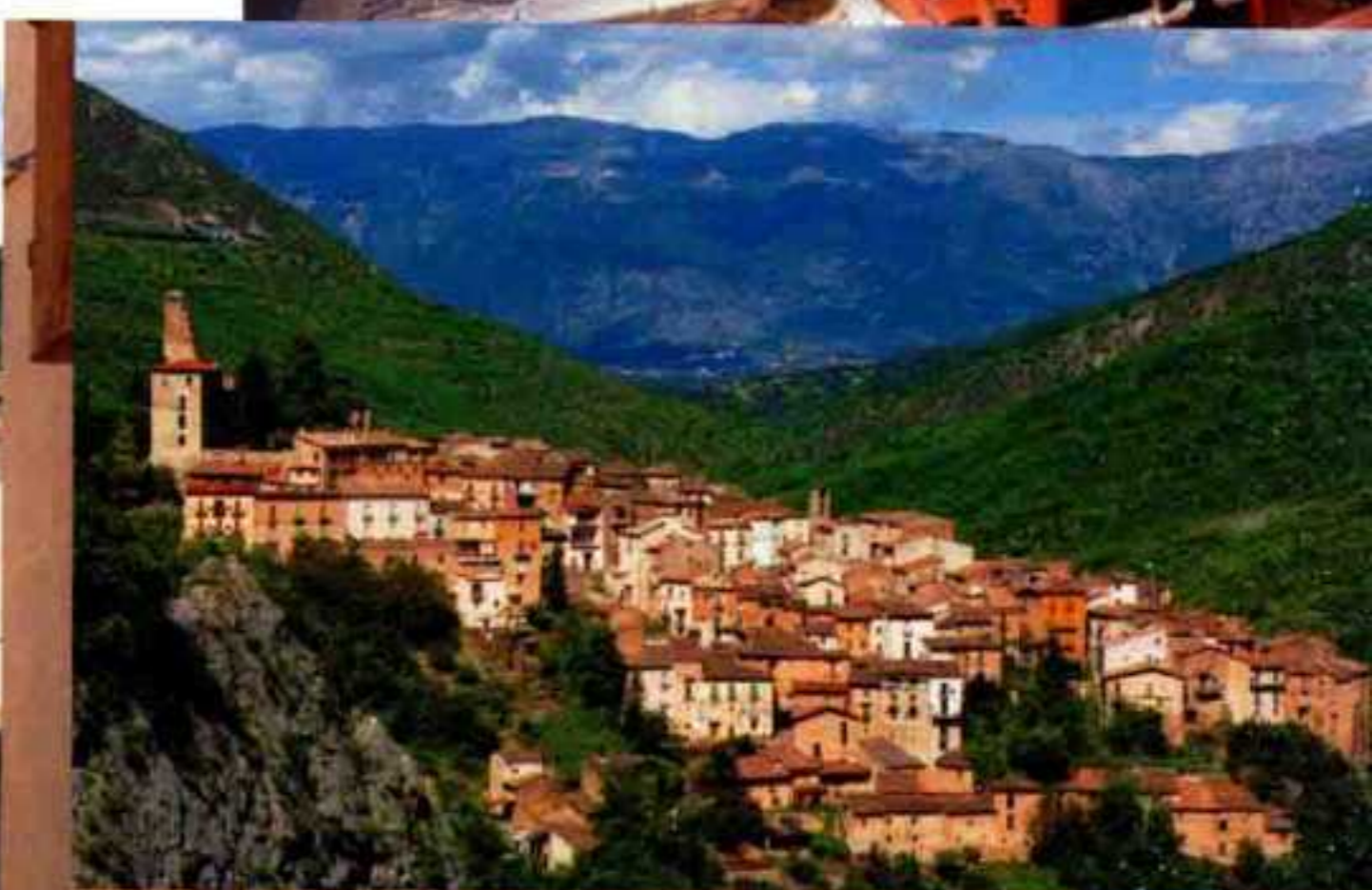
Anversa degli Abruzzi



以 18 世纪因地震毁坏的城堡为标志 位于峡谷中的村庄

村庄位于海拔 600m，在萨基塔里奥河冲刷形成的萨基塔里奥峡谷之中。恩宠圣母教堂的大门是由石灰石建造而成的，这在阿布鲁佐大区独一无二。教堂里的玫瑰窗有一种神秘之美，上面刻着桑格罗家族和村子的纹章（罗盘上盘踞着两条蛇）。这座从 12 世纪起就位于这里的城堡因 1703 年的地震而坍塌，如今只能看到它的一部分。

享受登顶乐趣的自行车运动员和徒步旅行者在酒吧里休憩，正愉快地和村里的老人们聊天。我来到建于 11 世纪，罗曼式风格的圣马尔切洛教堂里参观，耶稣肖像周围的圆柱上的雕刻实在太精美了。我不禁看得入神。接着我又沿着小巷走到了位于高处的诺曼城堡的高塔，这座建筑已经腐朽。高塔位于私人住宅的庭院内，因此无法随意靠近参观。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

卡拉马尼科泰尔梅

Caramanico Terme



建于奥尔芬多河与 奥尔达河交汇处的村庄

村庄被已化为废墟的城堡和圣母大殿教堂的坚固围墙环绕。教堂建于 1452 年，大门是庄重沉稳的哥特式风格。离村庄中心大约 5 公里的地方，还有一座圣托马索贝克特大修道院，虽然从 1202 年就开始建造，但最后并没有全部完工。修道院内部保存着贵重的高浮雕作品、“神圣之柱”，以及地下圣堂的井等。



村庄附近有一座马杰拉国家公园。夏季会有许多旅客来到这里，追求与大自然的亲密接触。村庄入口处有几家旅馆，我找到一家正在营业的，预定了一个房间（40 欧元）。我从傍晚开始在村里散步，看到了面向山麓原野的民居，十分罕见。我走进圣尼古拉教堂中，欣赏精妙绝伦的绘画。这里缺少 13 世纪以前的资料，因此无法得知这座教堂的起源。我在旅馆附近的餐厅吃了晚饭，今天的主食是添加了豆子的意大利饺。

阿布鲁佐大区

Abruzzo

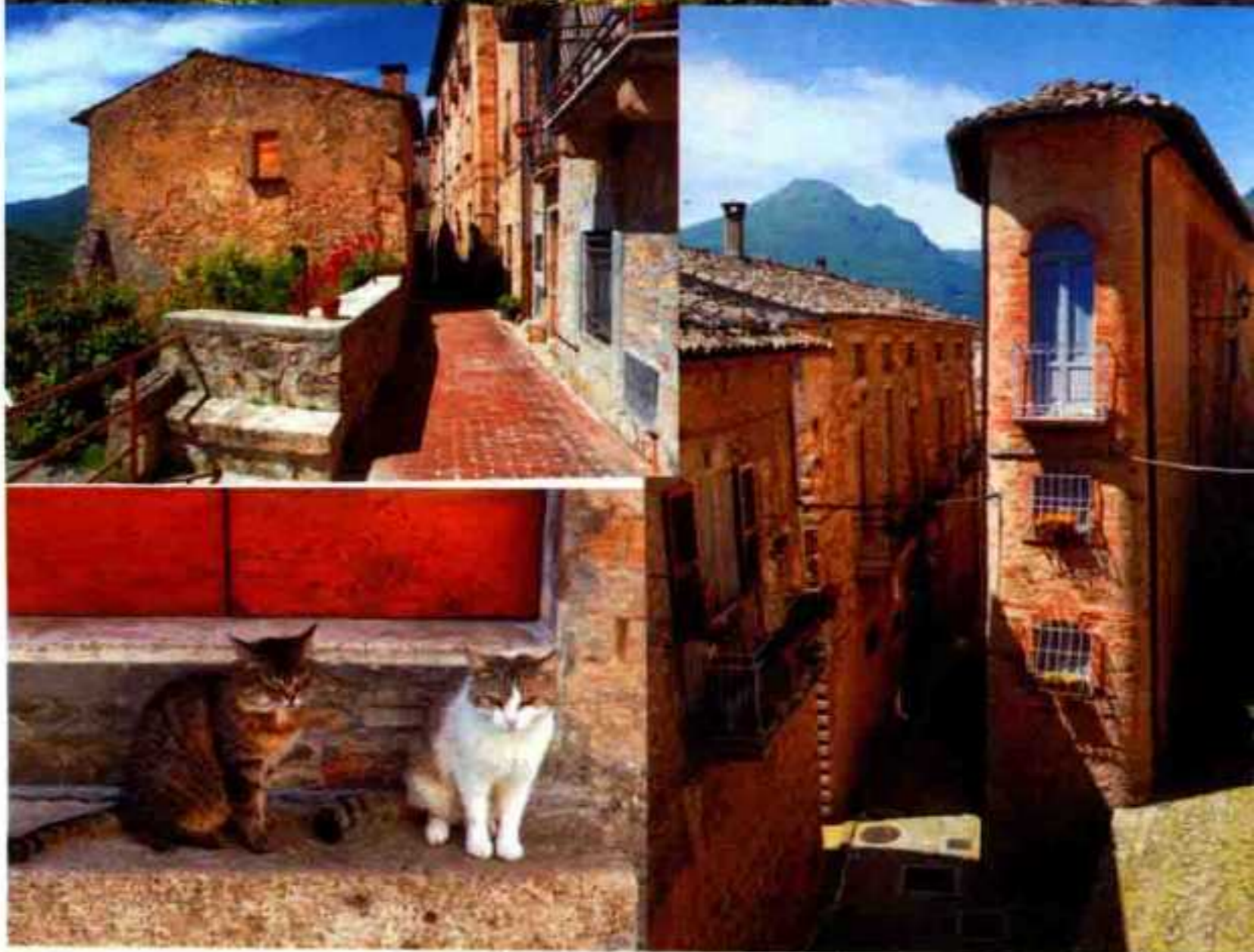
奇维泰拉 德尔特龙托

Civitella del Tronto



位于从阿布鲁佐大区
流淌而出的多伦多河畔
名为“奇维泰拉(小街)”
的村庄

村庄的特征是被称作“Rue”的狭窄小道。村庄最高处有一座16世纪由西班牙人建造的要塞，占地面积高达2.5万平方米，从整个欧洲范围来看，也是非常巨大的建筑。这座要塞曾是那不勒斯王国最北端的重地。最近被改建的圣方科洛大教堂以钟楼和玫瑰窗闻名，内部为巴洛克风格。



村庄就像是悬浮在空中的要塞城市。我之前还在想，这里估计已经被开发成观光胜地了，但其实村里的一切都很简单朴素。特产店和餐厅也很少。我沿着小巷参观各个教堂，有时会看到猫悠闲地走过，似乎完全不在意游客的到来。搭乘自动扶梯可以到达建于高台上的要塞，穿过大门便能看到用小石子铺设而成的广场，周围是古老民居的遗迹，内部还设有博物馆。我将身子探出城墙外，一边感受着清风的吹拂一边远眺丘陵风景，十分赏心悦目。







阿布鲁佐大区

Abruzzo

圣斯泰法诺迪 塞桑约

S. Stefano di Sessanio



与美第奇家族的繁荣一起
迎来辉煌时期的村庄

这座村庄在 13~14 世纪的封建领主管理下，作为拉奎拉地区的重要战略基地发展起来，周围被坚固的城墙包围。在 1579~1743 年间，村庄归美第奇家族所有，通过佛罗伦萨领主带来的毛织物和其他托斯卡纳制品迎来最辉煌的时期。现在村里到处能看到美第奇家族留下的痕迹，在美第奇家的高塔上，可以将白色石头砌成的一大片民居尽收眼底。另外，村庄西南端的大门上，还有美第奇家族的家徽。



沿着通往坡度平缓的岩山的道路前进，就能看到一座小村庄。绽放的丁香花仿佛在迎接旅客。村中现在也还有几处摇摇欲坠的建筑物，许多地方都在修补房子。我一开始找不到作为村庄标志的高塔，还觉得不可思议。之后来到村庄的最高点才发现原来的塔已经腐朽，新的塔正在建造。我一边欣赏设计精致的窗户、天使的雕像、门上的彩绘，一边在小巷里散步。我发现一家销售可爱的手工艺品的店，但门锁着，很遗憾没能进去看看。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

吉齐奥河畔 佩托拉诺

Pettorano sul Gizio



保留中世纪后期氛围的村庄

从前村庄里有6扇大门，现在只剩下5扇。产业考古学公园的入口有扇穆里诺门，附近有年代久远的水车。另外，村里还有一座精美的圣尼古拉教堂，虽然建成年份不明，不过从1112年就已经存在于此。康特尔摩城堡从前担任村庄的保卫工作，并有监督交易的作用。如今这座城堡得到修复，可以看到气派的围墙。14世纪的领主康特尔摩公爵的宅邸中的喷泉也值得参观。



村庄里狭窄的小巷复复杂交错，我好几次迷了路。许多地方有阶梯，我沿着台阶向上走，终于来到一座视野开阔的小广场，喷水池传来清透的水声。通向康特尔摩城堡的大门前有几家餐厅和酒吧，店门前停着一辆德国车，我非常好奇这车是从哪条路开过来的。我来到因1703年的地震受到严重损坏的上帝之母教堂，刚好这时在进行礼拜，我等礼拜结束才到里面参观。



阿布鲁佐大区

Abruzzo

塔利亚科佐

Tagliacozzo

以尖方碑广场为中心
完好地保留着
贵族宅邸的村庄

这座村庄虽然经过多位封建领主治理，但主要是在奥尔西尼家族和科隆纳家族中摇摆不定。村里随处可见奥尔西尼家族的玫瑰纹章，以及科隆纳家族的倾斜柱子纹章。尖方碑广场对村民们来说是休息的好去处，广场中央有一座建于1825年的喷水池和一座尖方碑。现在喷水池的位置在以前是一块石头，据说无法偿还借款的人会被安排坐在上面示众。伯爵的宅邸也非常精美。



穿过宽度只够一辆车子通过的门，便来到宽阔的尖方碑广场，喷水池周围有几个孩子在互相泼水玩耍。村庄旁边有一条水量丰富的河流，很多地方形成了小型瀑布，走在村里可以听到相当大的水声。不过河流似乎被广场前的地下水路吸进去了，流到这里就消失了。我到有着精美圆形花窗的圣方济各修道院参观，连接着回廊的大门顶上，有着描绘圣人肖像的绝美壁画。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

奥皮

Opi



保留中世纪的建筑物 有许多羚羊生活的生态之村

位于海拔 1250 米处的这座村庄，完整地保留了许多中世纪的建筑物。圣若翰洗者礼拜堂是巴洛克式建筑最盛行时建造的，近几年通过修复，发现了一些以前的木质装饰，还有运用多色大理石建造的墙壁。村庄自然景观丰富，“羚羊博物馆”位于佛恰山谷的附近，可以在这里学习到村庄的标志——羚羊的许多知识。博物馆大楼建于 17~18 世纪，原本是贵族的宅邸。



村庄位于悬崖上，建筑物相连的绝美景色令人百看不厌。进入村子，首先映入眼帘的是建于 1903 年的圆筒形高塔，大路以这座塔为中轴，延伸到村庄内部。马德雷圣母升天教堂和圣若翰洗者贵族礼拜堂都开着门，我一进去参观了。村里许多地方视野很开阔，透过云层照射大地的炫目阳光，使眼底的广阔绿色显得十分鲜艳。我本来想在这美丽的村里住一晚，但很遗憾没有找到旅店和餐馆。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

斯坎诺

Scanno

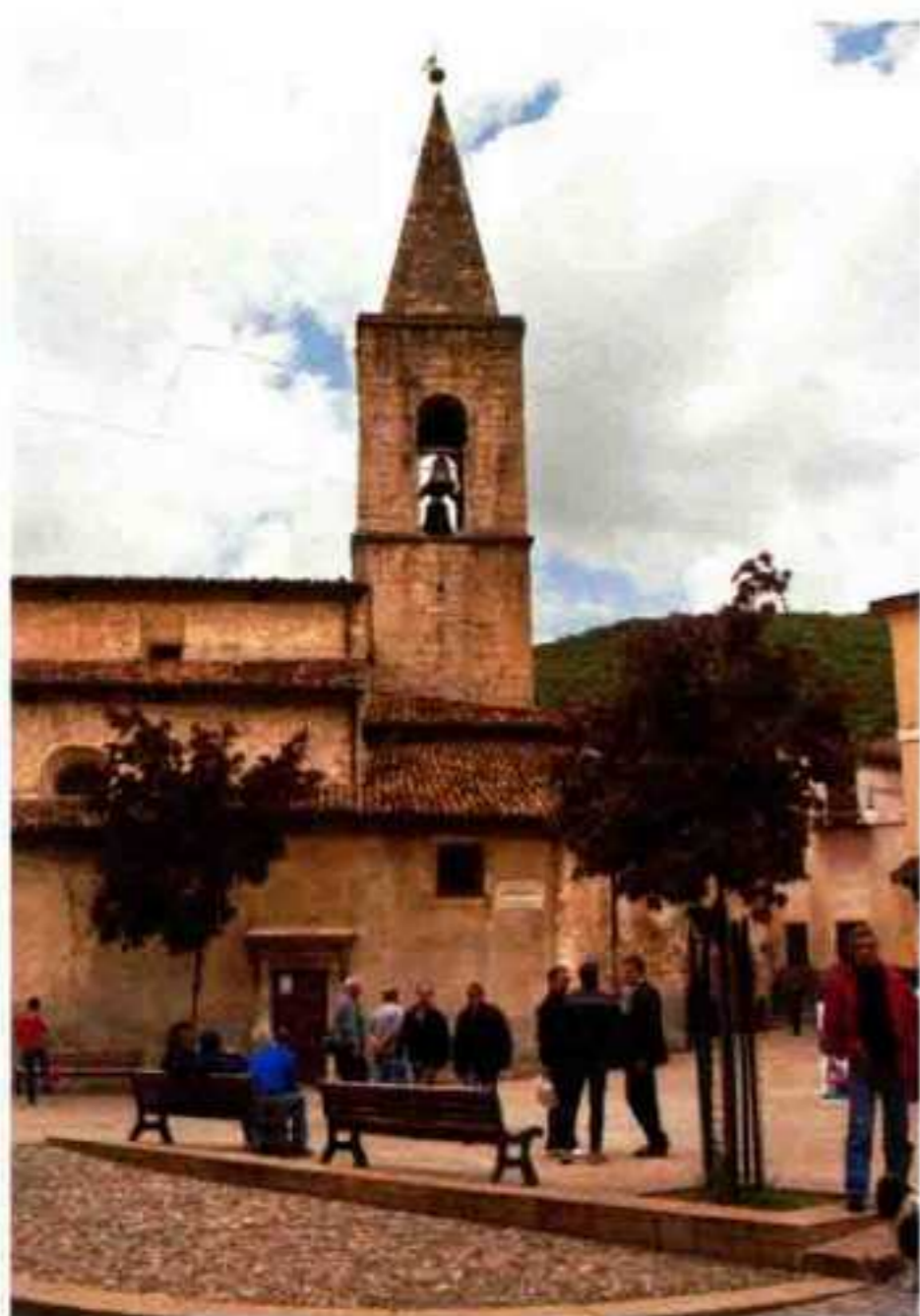


经历 17~18 世纪的大繁荣 保留考究的服饰 设计的村庄

这座村庄的村民们因养殖羊群发家致富，民居的玄关和柱子，还有天使雕像等装饰都非常精致，似乎在比谁家的装潢更豪华。村庄里生产的独特的女性传统服装和珠宝首饰也十分精美，从考究的设计可以看出这里在 17~18 世纪经历的繁荣。村庄本来有城墙和 4 扇大门，不过现在城墙已经完全消失，只剩下一扇圣十字门。另外，君士坦丁堡圣母堂中的壁画也值得一看。



村庄里布满石砌的建筑物，看到全景时，我惊讶得说不出话来。这里据说住着大约 2000 名居民。村民们平时聚集的广场上，有一座山谷圣母教堂，从教堂旁边延伸出去的主干道上有食品店、生活杂货点、特产店等，其中果蔬店和奶酪店的顾客络绎不绝。这里的建筑物风格统一，在小巷里散步非常有趣。不管哪座民居都因自然风化而外墙变黑，不过都经过了仔细修补。村里有几家餐厅，我也看到了其他的旅客。我对服务员说想吃当地的传统菜肴，果然这个村庄也让我品尝到了阿布鲁佐大区出产的吉他弦意大利面。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

皮耶特拉卡梅拉

Pietracamela



生活环境虽然严苛
但依旧保留下魅力风景的村庄

大萨索山像巨大的岩块，而这座村庄就在登山路上某个被岩石包围的地方。从前因为这里的生活条件艰难，许多村民搬离了村庄。现在尽管依然如此，还是有许多居民回到这里，修缮古老的民房并定居。因此这是一座处于壮阔的群山中，保留了古老石砌民居，拥有朴素之美的村庄。在建于16世纪的圣莱乌乔教堂中，可以看到精致的木质祭坛。



我一边频繁地换着车子的一挡和二挡，一边沿着曲折而险峻的山道上行。当我开始担心自己是否走错路时，眼前出现了这座朴素的村庄。村子的入口有个小酒吧，男人们正在闲聊。我进去想买瓶水，他们对日本人的突然出现感到非常惊讶。之后我开始沿着寂静的小路散步，以前的人们是怎么将沉重的石材搬运到这种山里的呢？我感到非常不可思议。村里最高的地方有块巨大的岩石，这是村庄的标志。太阳西沉后气温急剧下降，于是我加快脚步，回到了刚才那个小酒吧。





阿布鲁佐大区

Abruzzo

维拉拉戈

Villalago

民居门前的雕刻非常有趣
可以欣赏独特建筑的村庄

维拉拉戈意为“湖之谷”，以前村庄周围有9个湖，不过现在基本都消失了。村庄的特征是在拱形的隧道上建着住宅。民居的玄关上雕刻着动物、花朵、人脸等图案，每家每户的图案都不同，非常有趣。圣若翰洗者教堂所在的建筑物，从前是村务大楼。另外，坎切雷利亚公馆到19世纪为止都被用作政府机关的办公地点。



这是一座花15分钟就能走完一圈的小村庄，仿佛镶嵌在山坡表面的弯曲山道，一直延伸到村里。平缓的阶梯组成了村庄中心的广场，在这里玩耍的小女孩害羞地问我：“你来自哪个国家？”我经过建于14世纪的罗曼式洛雷托圣母教堂门前，走到村庄最高处的圆筒形高塔。塔下的门虽然锁着，不过可以从门缝窥探其中，原来里面是个展示古老农具的小型博物馆。





Molise

莫利塞大区



莫利塞大区

Molise

福尔内利

Fornelli



出产果味橄榄油

完整保留中世纪形态的村庄

包围村庄的城墙和中世纪规划的区划，至今还完整地保留着。981年的资料记载，城墙在那时已经存在。与城墙搭配的7座高塔建于诺曼底王朝和安茹帝国时代，为保护村庄最古老的区域做出了贡献。圣弥额尔总领天使教堂里有一座建于1738年的钟楼。另外，村庄周围有一大片橄榄树林，因此这里出产有着清新果味的橄榄油。



村庄位于视野良好的高地，城墙上的风景很好，可以将远处的群山尽收眼底，最重要的是这里的风吹得人十分惬意。穿过L字形的隧道形成的厚重大门，沿着昏暗的小巷就能进入村里。圣弥额尔总领天使教堂前放置着长椅，几位老奶奶正坐着聊天。再向前走，可以来到现代化且多姿多彩的民居一角，这些民居的玄关前装饰着鲜花和绿色植物，让人有种新旧两个世界并存的感觉。刚走出城墙，就能看到一座高大的圣伯多禄致命堂。



弗罗索洛内

Frosolone



来一块美味的奶酪吧 手工业和奶酪 生产兴盛的村庄

在这座位于奥尔索丘陵的村庄中，奶牛与羊群悠闲漫步的放牧场景，给人留下了深刻的印象。村里的山上耸立着巨大的岩石，有几个人正在这里享受攀岩的乐趣。这里盛行手工业，“Museo dei Ferri Taglienti（铁质刀具博物馆）”里收藏着古老的刀具，还能看到制作刀具的情景。“Casetta del pastore（牧羊人的小屋）”还为参观者现场表演制作奶酪，看完制作过程的人，都想一品这种美味。



一走到村里的主干道上，我就立刻被岔的小巷中的美景所吸引。走进“牧羊人的小屋”，可以看到正面墙壁上挂着农具、餐具、老照片等。我问了这里的一位老爷爷，很遗憾地得知今天的奶酪制作表演已经结束了。他说明天可以再来，并切了一块奶酪给我。附近有圣伯多禄使徒教堂和圣母升天教堂，我都进去参观了。这里制造业兴盛，以生产剪刀和小刀的产地而闻名，不过我没找到贩卖刀具的店。





莫利塞大区

Molise

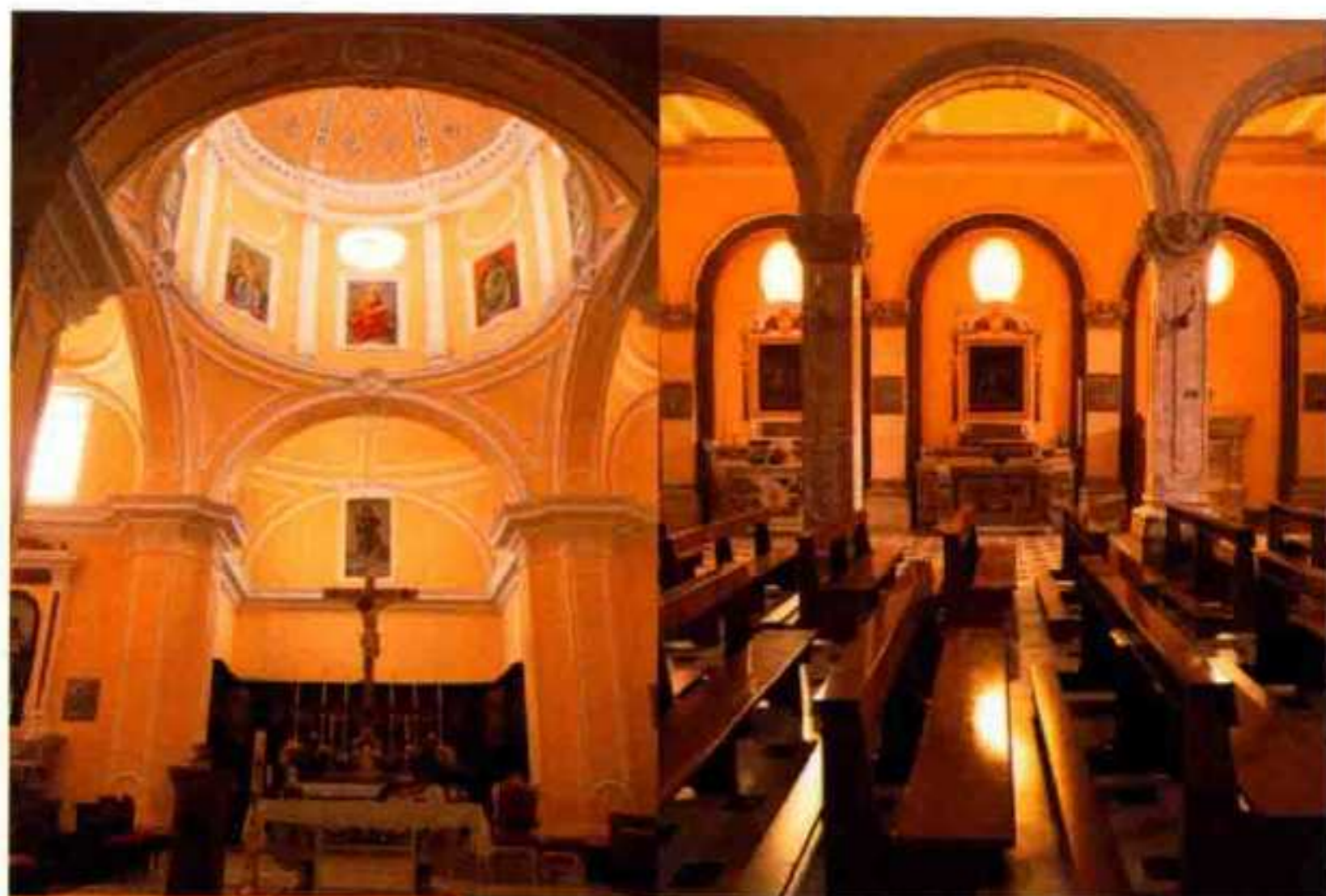
塞皮诺

Sepino



有着 2000 年历史的温泉
守护贵重的圣遗物的村庄

以前的牧羊人为了休息，在山路途中建成这座“古老的村庄”塞皮诺。现在也能一边在美丽的大自然中散步，走到这座海拔 950 米的古老村庄。这里在公元前 293 年曾被罗马占领，当时的统治者在通向罗马的主要道路旁建造了新的村庄。从这里涌出的温泉拥有 2000 多年的历史，这里的矿泉水现在也受到人们的重视。圣克里斯蒂娜教堂里保存着贵重的圣遗物和古老的羊皮纸等。



我首先来到村里的大广场，看到我出现，闲聊的大叔们一起转过头来。接着我推开拥有造型独特的尖塔的圣克里斯蒂娜教堂的大门，从圆窗照射进来的阳光，为教堂染上暖和的色彩。圆形拱顶上描绘的圣人像，还有侧廊天花板上的宗教绘画，都非常精美。之后我到小巷里散步，这里到处都清扫得干干净净，地上看不到任何落叶。正在给盆栽里的花浇水的阿姨饶有兴趣地问我：“为什么到这座村庄来呢？”抱着爱犬的少年也说着“你好”，向我打招呼。







莫利塞大区

Molise

奥拉蒂诺

Oratino

受到贵族援助的艺术家
其作品留存至今
值得美术爱好者一游的村庄

由于16~18世纪的贵族积极地援助艺术家的生活，村里许多地方现在依然能看到当时的艺术作品。其中雕刻家和金银手工艺人的作品特别精美。建于1251年的圣母升天教堂里保存着奇利亚科·布鲁内迪绘制的壁画，以及依赛亚·萨拉提制作的圣体显供架。圣雷多圣母堂中的玫瑰圣母像和圣安东尼像也十分精致，值得深入欣赏。



村庄以圣母升天教堂和圆筒形的高塔为中心，民居呈圆圈状排列。许多民居的大门周围和窗棂上装饰着鲜花。由于摆放着许多盆栽，明明应该昏暗的巷子看起来也很明亮。虽然这是座不到10分钟就能走上一圈的小村庄，不过到处都能感受到村民热爱这里的心情。在能将丘陵景色尽收眼底的广场上，有座小小的公园，还有座大喷水池。或许是因为要节约用水，里面并没有水在流淌。在离开村庄之前，我到小山丘上眺望了村庄的全景。



Campania

坎帕尼亚大区

南部



坎帕尼亚大区

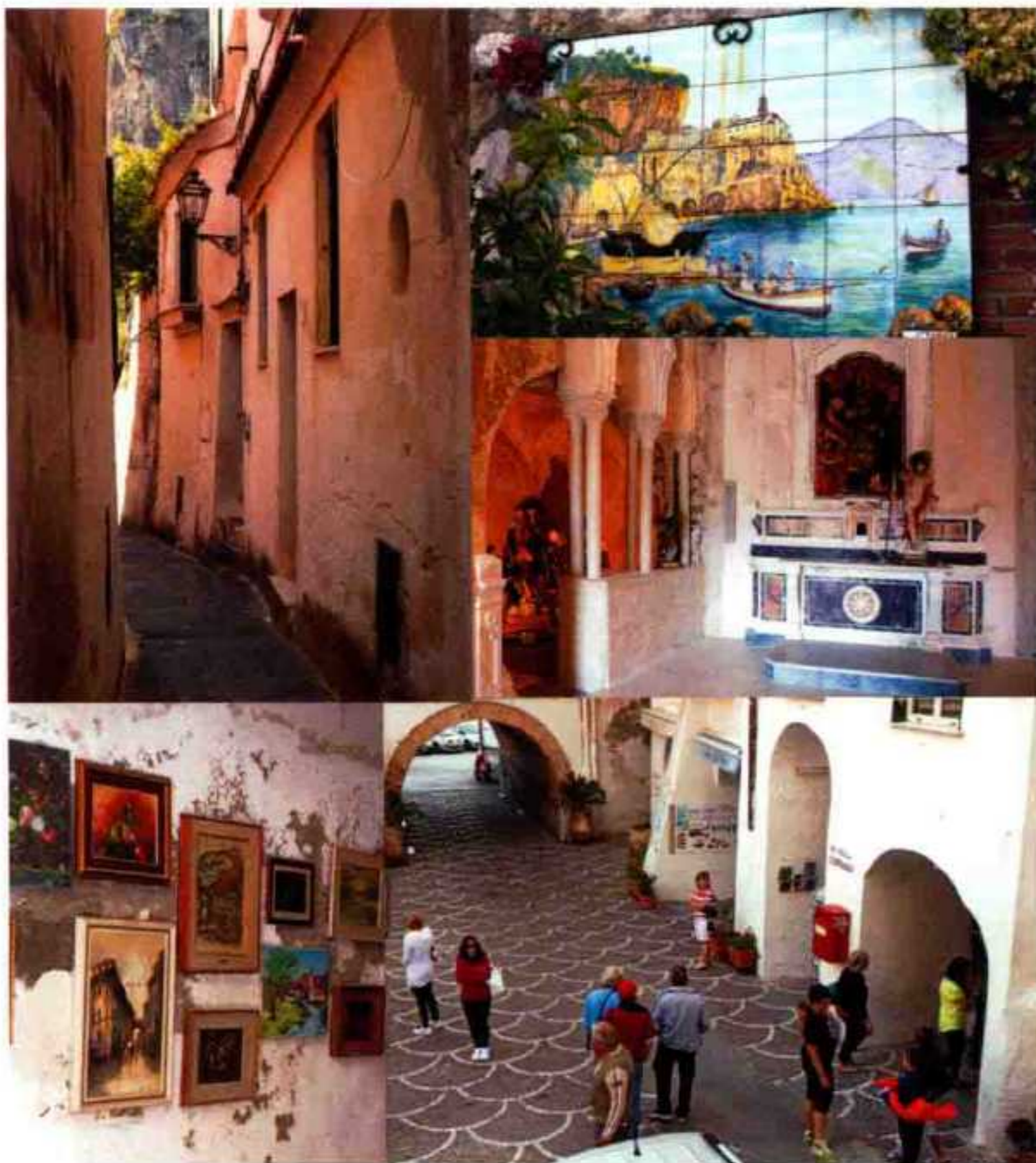
Campania

阿特拉尼

Atrani

在小巷里散步十分有趣
拥有幻想般美景的村庄

阿特拉尼离阿马尔菲市非常近，完整保留了拥有狭窄小路和拱门的中世纪街景。看起来层层叠叠的民居、错综复杂的小巷和阶梯，是这里独特的风景。夜晚，无数渔船的灯火照亮海面，这幻想般的景致是地中海最美的风景之一。新古典式的比雷克托救世主教堂历史悠久，可以追溯到940年。教堂祭坛边的大理石栅栏是11世纪末建造的，可以看出是拜占庭式的建筑。



海边4~5层的房屋密集而建，一直延伸到陡峭的悬崖边。我先到圣玛丽亚忏悔教堂参观，这座教堂拥有东方风格的高塔和伊斯兰教样式的拱顶。透过彩色玻璃照射进来的阳光，把教堂里的地板和墙壁染上鲜艳的颜色，美得让人心动。接下来，我造访了不显眼的比雷克托救世主教堂。教堂里分成了三座侧廊，以白色为基调的祭坛上放置着圣母像。我在小巷里散步时，看到一位老奶奶正从家里走出来，她一边确认脚下的路，一边慢慢地一步一步走下阶梯。这座村庄给人一种悠闲时光缓缓流淌的感觉，打动了我的心。







坎帕尼亚大区

Campania

卡斯泰拉巴泰

Castellabate



位于世界遗产之中 拥有中世纪街景和 城堡的村庄

卡斯泰拉巴泰位于记录在世界遗产名录中的奇伦托和迪亚诺河谷国家公园之中，坐落在海岸线凸出的部分。古老的拱门、石阶、广场、宅邸，以及相互连接的石砌民居不规则排列的样子，给人一种步入中世纪都市的感觉，非常有趣。走过狭窄的小路到达广场时，闪烁的海面像一幅全景立体画般展现在眼前。另外，坡道上方还有为戒备撒拉森人进攻建造的坚固城堡。



村庄分为几个居住区，首先我到位于山上的居住区参观。从高处眺望的第勒尼安海湛蓝，美得令人震惊。在参观了拥有石砌的气派钟楼的朱利亚圣母教皇大教堂之后，我到寂静的小路上散步。许多民居的玄关周围装饰着鲜花。之后我在餐馆吃了用鱼类和贝类、蔬菜做的味道柔和的意大利面，再到海岸边的居住区散步。港口停着五彩缤纷的渔船，附近还有一座圣马尔谷圣殿。在美丽沙滩上的房屋前，有位老奶奶正在钓鱼。





坎帕尼亚大区

Campania

努斯科

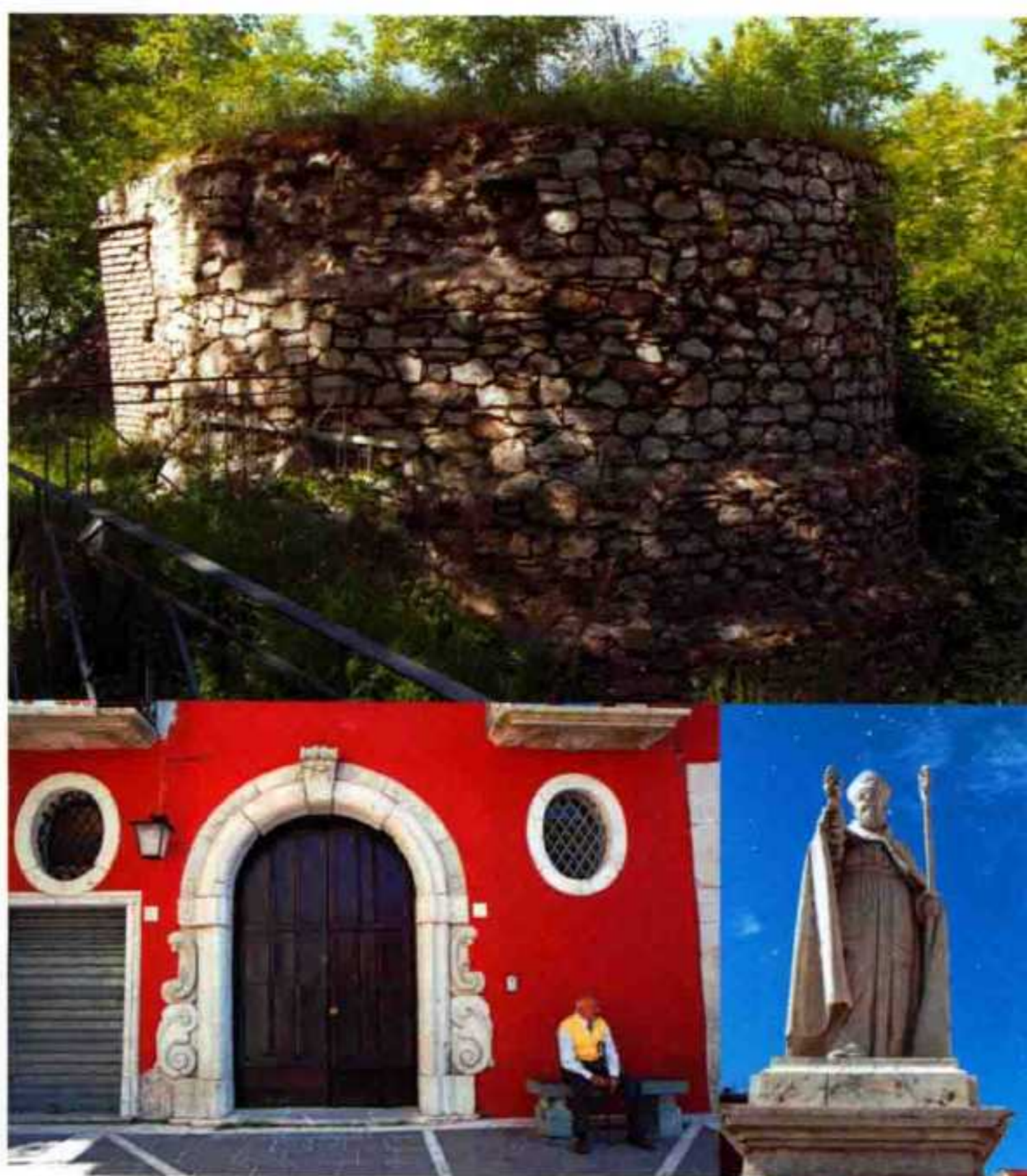
Nusco



11 世纪为村庄发展 尽心尽力的主教 现在成为守护圣人的村庄

村庄位于亚平宁山脉上海拔 914 米的位置，将奥凡托山谷和卡洛雷山谷隔开。虽然在 7~8 世纪就已建城，但到了 11 世纪，第一任主教阿马托致力于村庄的发展，才让这里繁荣起来。之后，阿马托成为努斯科的守护圣人，受到人们的爱戴和崇敬，村里还有祭奠这位主教的大圣堂和存放其遗骨的地下圣堂。在村里可以将武尔图雷山、北亚平宁山、马耶拉山等尽收眼底。

这是一座位于山丘上的大村庄。在商店林立的大路前方，可以看到石砌的圣阿马托主教大圣堂。石头缝隙间长着许多杂草，仿佛在讲述漫长时间的流逝。通往村庄内部的小路上，有许多外墙是橙色或黄色等明亮颜色的民居。我绕了一圈后重新回到广场时，路过的老奶奶对我说：“前面有城堡，去看看吧。”我沿着草木丛生的小路走去，前方确实有一座石砌的塔和房屋的一部分。



坎帕尼亚大区

Campania

康加德马里尼

Conca dei Marini

从海岸延伸到山丘的风景十分优美
位于世界遗产阿马尔菲海岸边的村庄

这是一座位于世界遗产阿马尔菲海岸边的村庄。村庄分为面朝大海的下半部和山丘上的上半部，从海岸延伸到山丘的柠檬树和橄榄林在湛蓝大海的映衬下，非常美丽。从圣安东尼奥教堂可以眺望大海的全景，教堂里还有用马约利卡瓷砖装饰的钟楼尖塔。离村庄有点距离的“比安卡塔”是16世纪被人们使用的哨塔，也被称为“沉默之塔”。我想在晴天的时候，一定要去看一看“绿宝石洞窟”。

被橄榄树林包围的圣潘克拉齐奥教堂前的广场视野很好，可以将阿马尔菲海岸线的风景尽收眼底。七成是白色的民居前有座小旅馆，旁边有一条延伸向海边的散步道，走10分钟左右就到了沙滩。我在餐厅里吃完加青口贝和蛤蜊的海鲜意大利面之后，主厨出来和我打了招呼，他对日本客人的来访感到非常高兴。我来到建在悬崖上的康加角塔时，刚好关着门，不过有村民过来帮我开了门。建筑物里什么都没有，但石壁的花纹很漂亮。



坎帕尼亚大区

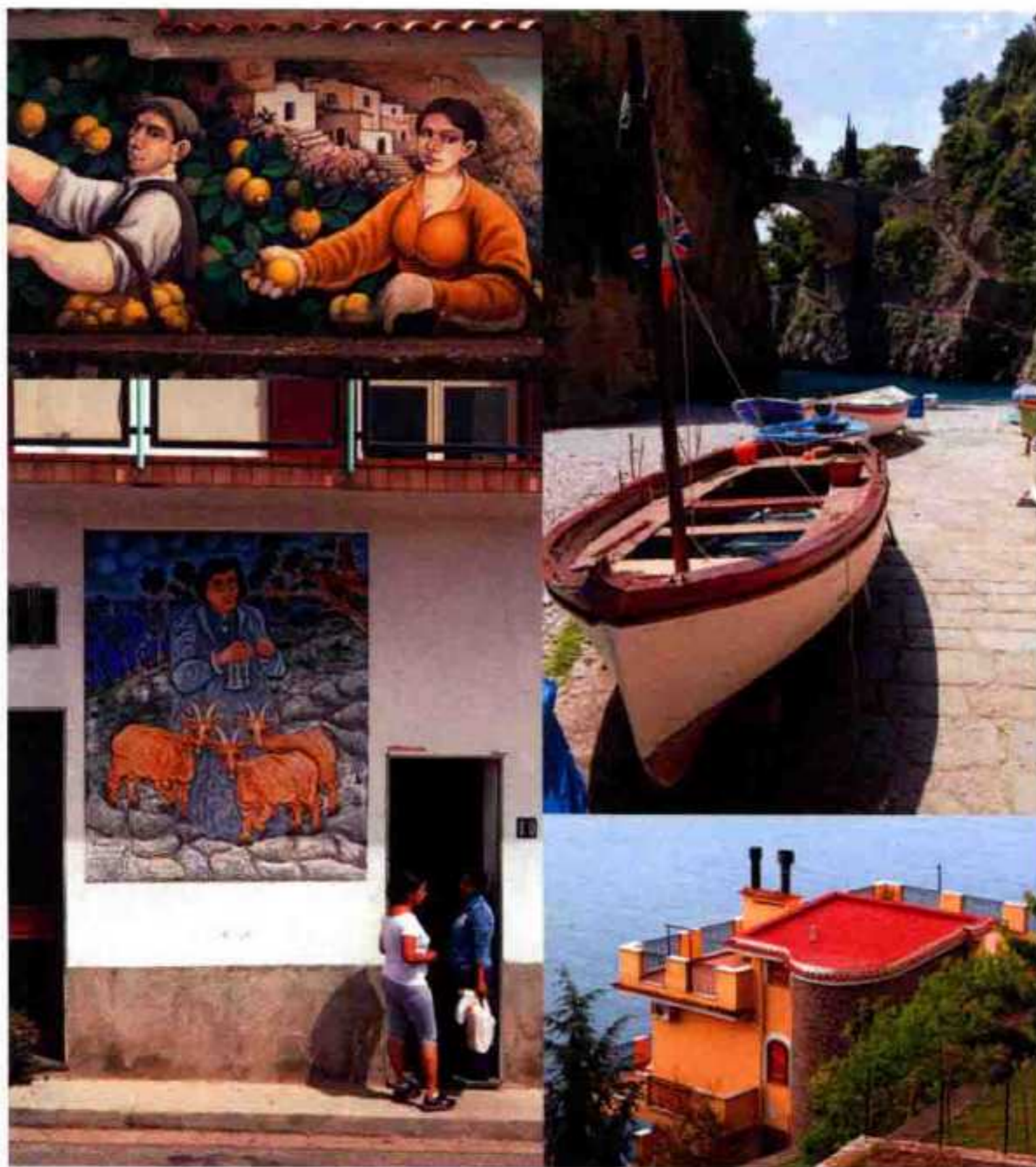
Campania

福罗瑞

Furore

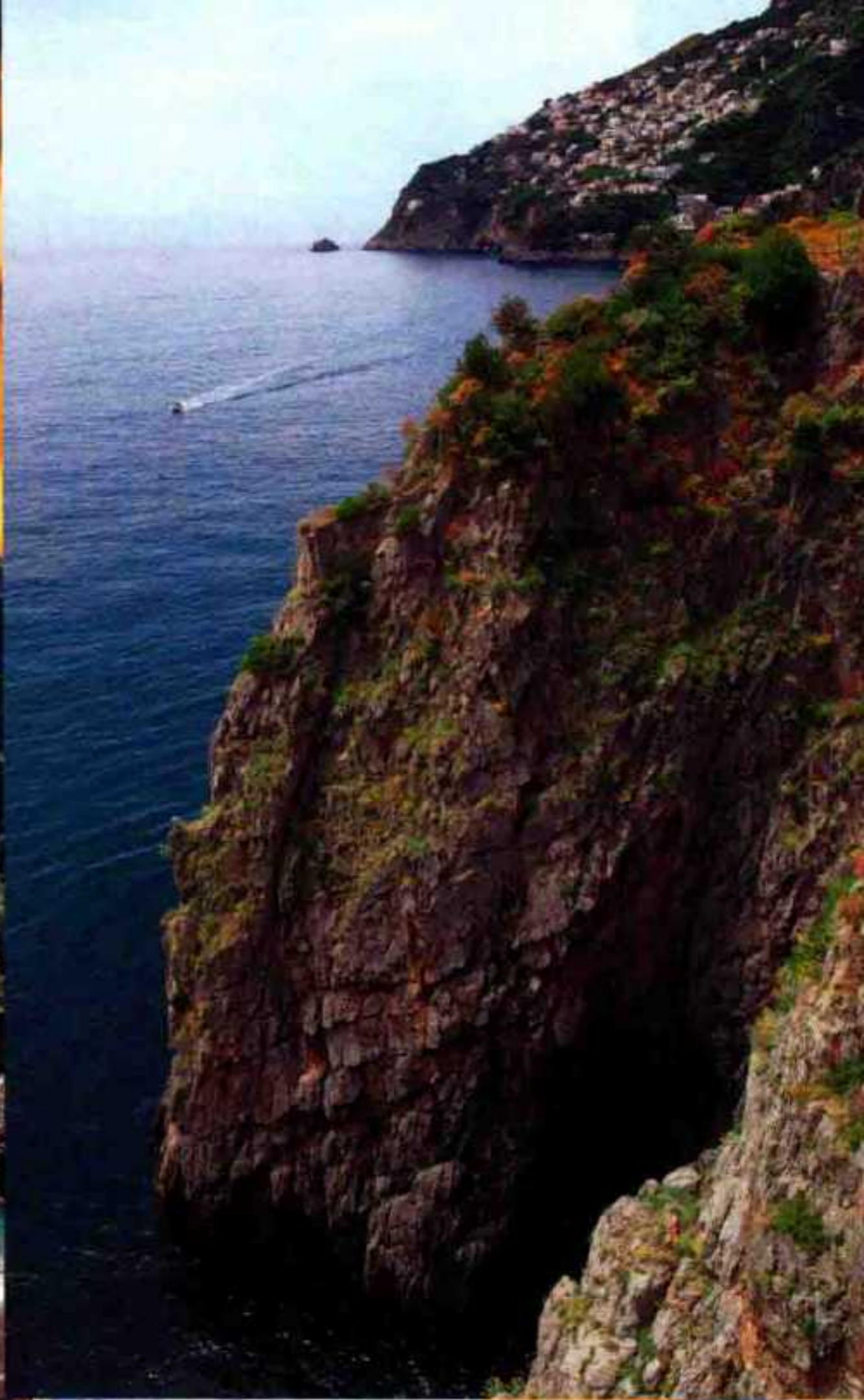
海岸线上点缀零星房屋 享受美景与美食的村庄

古罗马时代，罗马人被蛮族追杀，逃到这里并定居下来，形成了村庄。福罗瑞坐落于连接阿马尔菲和波西塔诺的海岸线的正中央。村子的入口是峡湾延伸至陆地的部分，村落零星地分布在两岸耸立的绝壁上。在这里可以尽情享受美酒和美味海鲜。橄榄林、柠檬林、红屋顶、色彩鲜艳的马约利卡陶瓷壁画，和蓝色的大海相映成趣。



沿着通往悬崖的小道向上攀登，虽然可以按照标识牌进入村子，但没有发现可以停车的地方，于是我直接到了前面的另一座村庄里。村中的房屋紧贴着悬崖边，院子里种着葡萄。我们进入一处柠檬的集货地参观。一位老爷爷看到日本人来访很高兴，送了我一颗柠檬。接着，我朝大海的方向往下走，前方有个峭壁包围着的小小入海口。密密麻麻的淡奶油色民房也许是渔民的家。我发现了一间餐厅和酒吧，但是这个时间还未营业。于是我在悬崖上另找了一家餐厅，吃了鱼和贝类的海鲜意面。





坎帕尼亚大区

Campania

圣阿加塔德戈蒂

Sant' Agata de' Goti

教堂的壁画和彩色玻璃不容错过
拥有悠久历史的村庄

村庄的中心位于被两条河流侵蚀的凝灰岩上。村子历史悠久，这里出土过公元前4世纪的水壶，壶身描绘着希腊神话“欧罗巴”。圣母领报教堂始建于1239年，直到15~16世纪才成为我们现在看到的样子。教堂内部有费兰特·马里欧内绘制的壁画《最后的审判》以及布鲁诺·卡斯纳里制作的彩绘玻璃画，将教堂点缀得非常美丽。



这是一座可以称得上是小镇的大村庄，紧邻幽深的溪谷。桥的对面有一座诺曼城堡，主干道从那里向北延伸。村里有许多地方建成拱廊的样子，还有贩卖漂亮饰品的小店，也许是面向游客的。圣安杰洛德蒙库拉尼斯教堂、君士坦丁堡圣母堂等庄严的教堂相继出现在眼前，光是我路过的就有5座。这时刚好是午休时间，每家餐厅都关门了。也许是可怜我这个饿着肚子的旅人，酒吧的店员为我拿来了意式香肠、火腿和奶酪。





坎帕尼亚大区

Campania

阿尔波利

Àlbori

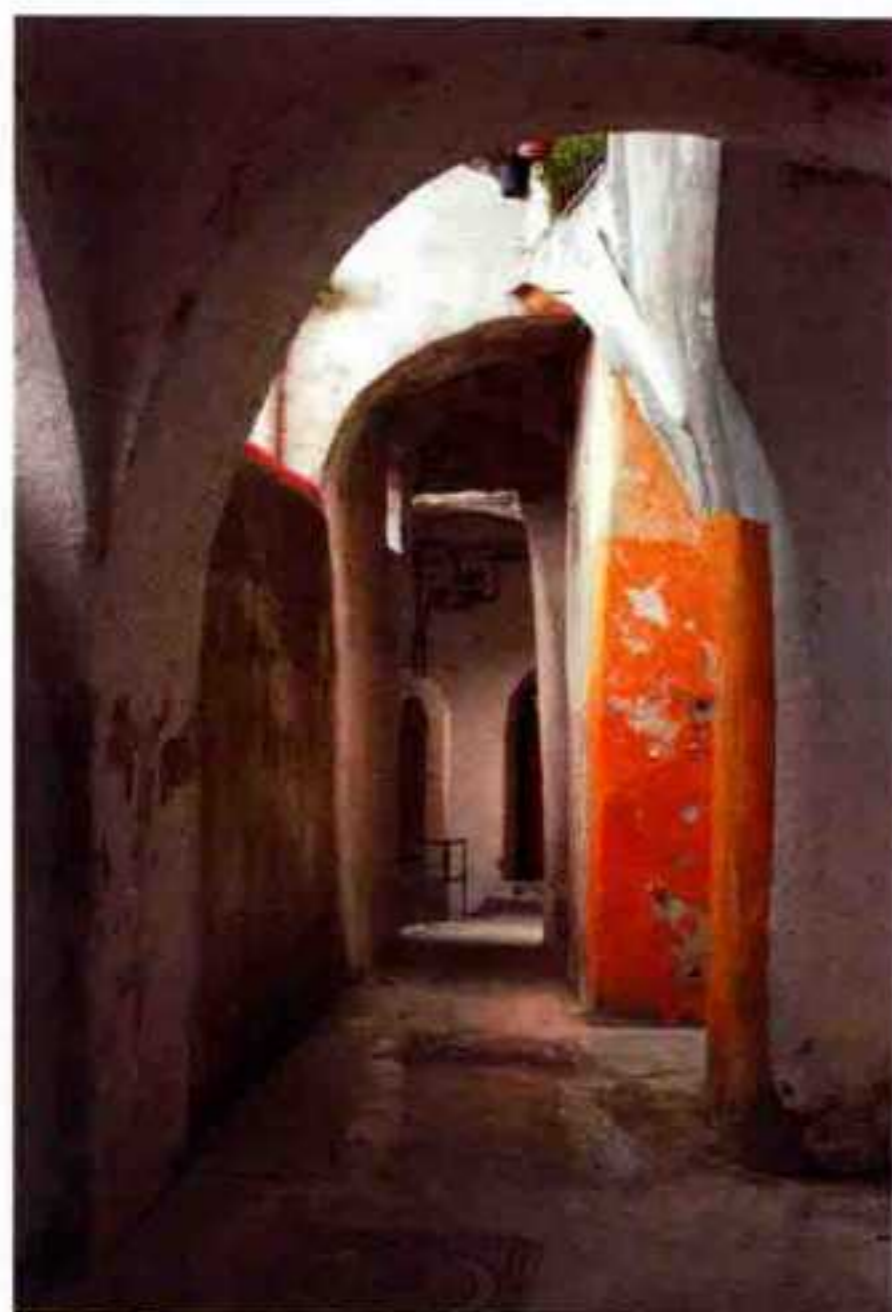


有着成排的亮色墙壁
那不勒斯独有的瓷砖屋顶
风光明媚的村庄

阿尔波利从9世纪初就开始有人居住。为了躲避海盗和撒拉森人的袭击，村子建在距离海岸线300米的山丘上。村里的房屋面向大海，肩并肩地聚集在一起。这里的民居是地中海式建筑，亮色墙壁和那不勒斯独有的瓷砖屋顶令人印象深刻。在攀登村庄背后的法雷尔茨奥山时，我在路边看到几座祭奠守护圣人的小教堂，还能俯视第勒尼安海的别致美景。大海和青山色彩十分协调，非常美丽。



通向村庄的小路非常狭窄而且视野不好，所以车开起来十分费劲，当地几乎所有的车的保险杠都有磕痕。外墙色彩柔和的民居在山坡上相依而建，与背后碧蓝的大海相映衬，非常炫目。走在镶嵌着彩色瓷砖的路上，别有一番趣味。参观完圣玛尔盖利德安提阿教堂之后，我来到一家叫“花园”的餐厅，向服务员点了店里的招牌菜。我先品尝到了意式炸饭团，之后还吃了添加许多海鲜的意大利蛤蚧面。





坎帕尼亚大区

Campania

蒙泰韦尔德

Monteverde



位于 15 世纪的城堡周围
保留着多处精美
贵族宅邸的村庄

这座村庄围绕着山丘上的一座城堡而建，城堡是在 15 世纪阿拉贡王国的支配下，由当地的石头磨平堆积而成。原本是一座伦巴第族防御外族入侵的高塔，在 1744 年由圣杰尔马诺男爵将其改建成宅邸，变成现在我们所看到的样子。在村里的狭窄小巷中漫步，到达博凯蒂大道时，可以看见佩罗济家和斯比利托家等美丽的 19 世纪贵族宅邸。



沿着通向牧草地的道路驱车，眼前出现了这座大约生活着 800 人的小村子。我刚开始在村里散步，就注意到了几座教堂。我来到建于 17 世纪的圣母圣衣教堂参观，发现壁画的年代并不久远，这反而让人感觉很新鲜。沿着村子中央陡峭的阶梯向上爬，可以到达高处。这里有座拥有古老高塔的教堂，还有一座巨大的城堡，不过两边都是接近废墟的状态，无法进去参观。这时室外气温达到 35 度，非常炎热。驱车而过的一位大叔停车，担心地询问我们：“这么热的天在外面走，没问题吗？”



Puglia

普利亚大区



洛科罗通多

Locorotondo



尖屋顶的特鲁洛建筑 将人们引入童话世界的村庄

村庄名称在拉丁语中意为“圆形的地方”，而村庄本身也像这名称一样，建成了圆圈的形式。村子的外围还残留着过去城墙上的石头和灰泥。村子的建筑都被涂成白色，与花、树的颜色交相辉映。石灰质的灰色石块是这里的特色，用这种石块的薄片建造的特鲁洛尖屋顶，让整个村子看起来像是童话世界。从海拔400米的高台上眺望的姆尔吉亚地区风景，是这一带首屈一指的美景。



当白色的村子映入眼帘时，看起来就像雪堆积在山丘上一般。我满心期待地进入村子，发现除了民居的墙壁，连柱子、窗框、台阶都被涂成了白色。经过细心照料的盆栽植物和盆栽花随处可见，可以感受到主人的爱心。我推开了建于18世纪的庄严的圣乔治马蒂尔马德雷教堂的大门进去参观，教堂内宽阔的翼廊沐浴在柔光中，拱顶采光窗上的彩色玻璃透露着神秘感。我尝试着走出村子，往橄榄田方向漫步，可以看到被称为特鲁洛建筑的地方传统民居在路边零星分布。这是座充满魅力的村子，我在这里度过了充实的一天。







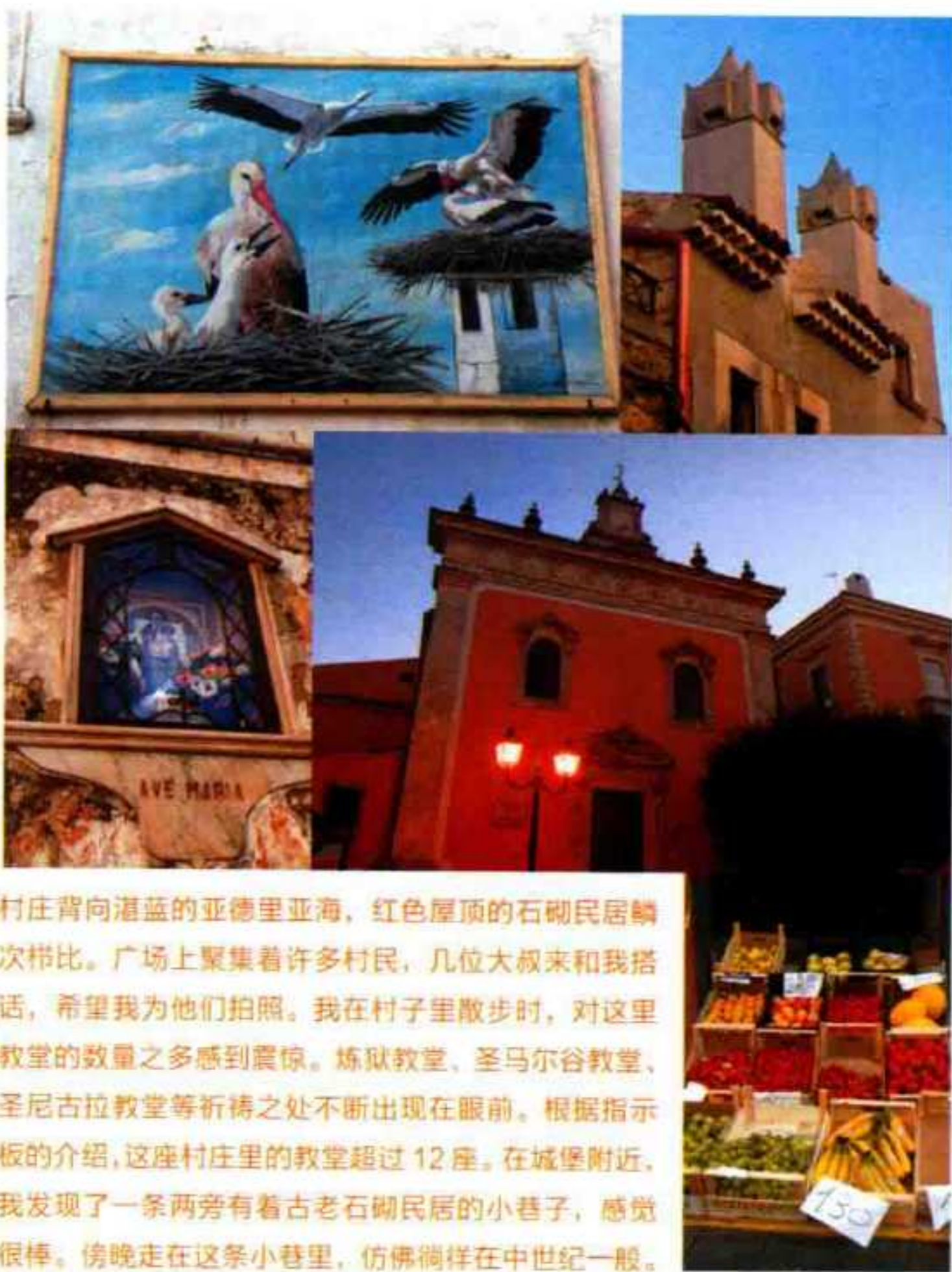


维科德尔加尔加诺

Vico del Gargano

从沙滩到森林的自然风光 保留着中世纪艺术作品的村庄

村庄的景色仿佛 18 世纪风景画家笔下的古代遗迹一般，虽然美不胜收，却又透露着一丝颓废之感。这里保留着 16 世纪构造独特的民居及其装饰，在中世纪的教堂里可以看到绘画等艺术作品。以四角形为特征的城堡，诉说着从诺曼人到阿拉贡王朝权力更迭的历史。这里还有卡尔内拉沙滩和 4000 万平方米的温布拉森林等丰富的自然资源。



村庄背向湛蓝的亚德里亚海，红色屋顶的石砌民居鳞次栉比。广场上聚集着许多村民，几位大叔来和我搭话，希望我为他们拍照。我在村子里散步时，对这里教堂的数量之多感到震惊。炼狱教堂、圣马尔谷教堂、圣尼古拉教堂等祈祷之处不断出现在眼前。根据指示板的介绍，这座村庄里的教堂超过 12 座。在城堡附近，我发现了一条两旁有着古老石砌民居的小巷子，感觉很棒。傍晚走在这条小巷里，仿佛徜徉在中世纪一般。有户人家养的狗因为陌生人的到来而不停吠叫，虽然在主人警告下住了口，但过一会儿又叫了起来。为了不给居民们添麻烦，我快步离开了那里。







MEMENTO MORI

Stanza di S. Maria della Pace
Stanza di S. Maria della Pace
Stanza di S. Maria della Pace
Stanza di S. Maria della Pace
Stanza di S. Maria della Pace





普利亚大区

Puglia

奥特朗托

Otranto

古往今来贸易欣欣向荣

至今仍然缅怀 800 名殉教者的村庄

从公元前 5 世纪开始，奥特朗托就积极地同叙利亚及地中海各国开展贸易。9 世纪后，这里被各国相继侵略，1480 年奥斯曼土耳其征服这里之时，发生了 800 名居民因拒绝改信伊斯兰教而遭到土耳其军杀戮的惨案。殉教者的骨灰被保存在圣彼得罗拜占庭大圣堂的地下圣堂里。大教堂的马赛克地板是 1160 年制成的，上面描绘着亚当和夏娃与生命之树的故事场景，非常美好。



白浪拍打着沙滩，湛蓝的大海迎接着旅人。穿过厚重的大门进入村子，主干道上彼此相连的特产店、陶艺店、艺术品店、意大利面店等。我们在一家叫伊尔坎第谷德坎第齐的露天餐厅吃了斑节虾（长爪虾）意面。奥特朗托城堡沿海而建，这里是英国作家霍勒斯·沃波尔的哥特式小说《奥特朗托城堡》的背景舞台。从城墙上俯视，停靠着渔船和游艇的入江口一览无余。沿着小巷漫步，可以到达 1088 年建造的奥特朗托大圣堂前，大圣堂正面的雕刻和精美的玫瑰窗令人着迷。





普利亚大区

Puglia

博维诺

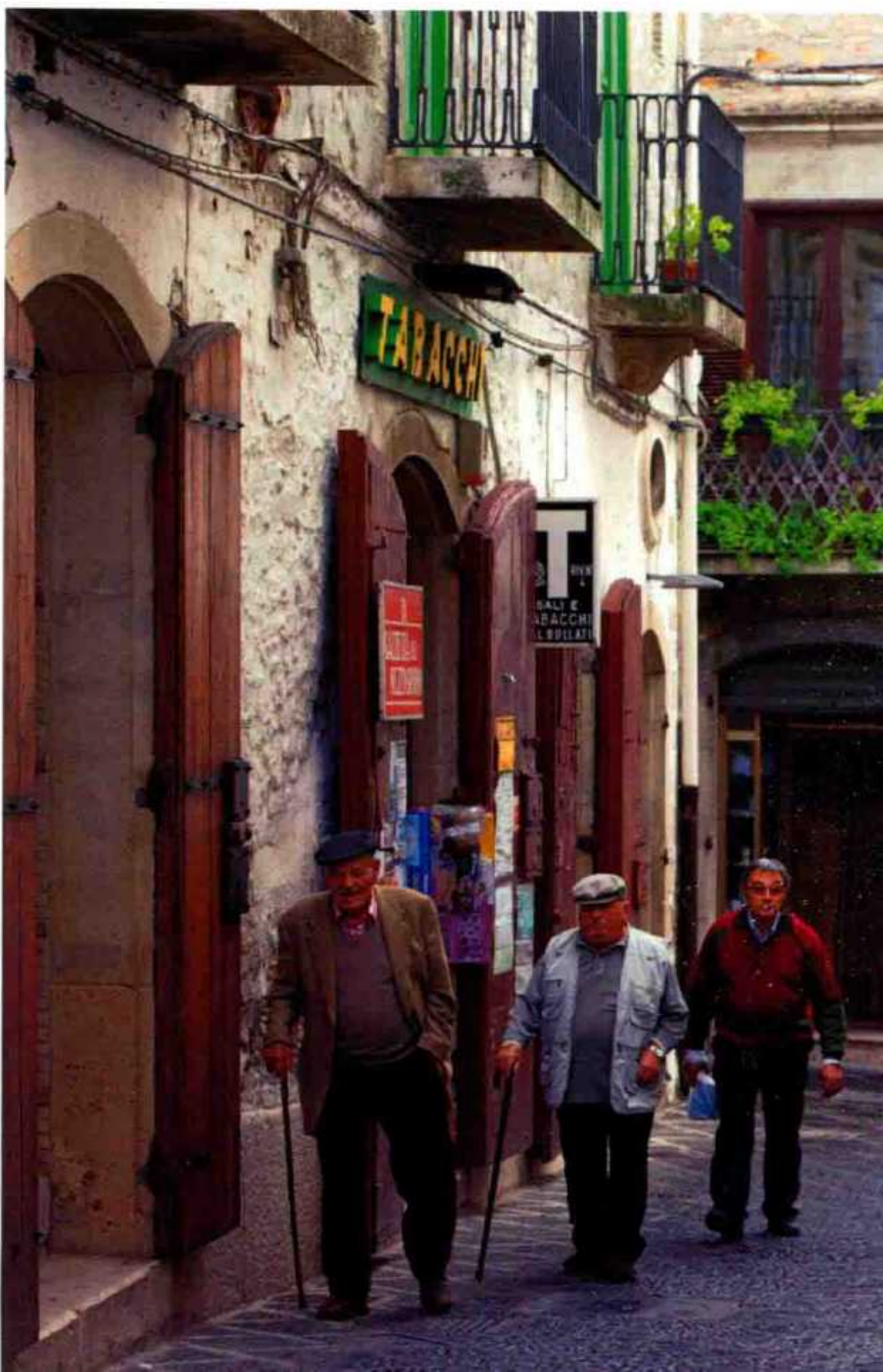
Bovino

保存着样式丰富的
历史建筑
绿色环绕的村庄

这座村庄于公元前4世纪，因罗马人在萨姆尼特战争中取得胜利而建立起来。村庄位于普利亚大区和坎帕尼亚大区的边界，因此作为连接亚得里亚海和蒂雷尼亚海的要冲，具有重要的军事意义。经过了2000多年的反复被破坏和修复，这里仍保存着罗马时期的石板路、石砌房屋、中世纪的教堂、城堡和16~17世纪的贵族宅邸等大量遗迹。村中绿意盎然，与历史建筑相得益彰。



村子的前面是美丽的公园和绿树成荫的街道，许多人坐在长椅上愉快地聊天。穿过纯白色的门进入村庄，可以看到弧形的石路缓缓延伸到村子深处，走在路上的老爷爷似乎也成了画中的一部分。我在参观了建于13世纪的罗曼式圣母升天主教大圣堂后，到小巷里散步，看见几间年代较晚的白色现代民房。之后我爬上陡峭的坡路，来到村子的最高点诺曼城堡参观。里面设有博物馆，但遗憾的是秋季闭馆。





普利亚大区

Puglia

奇斯泰尔尼诺

Cisternino

曾被汉尼拔将军毁灭 拥有白色墙壁的美丽村庄

这座村子建于特洛伊战争后，保留着青铜时代的小屋。公元前 216 年被迦太基的汉尼拔将军毁灭，之后又被几位侵略者征服。村里白色的墙壁和拱门非常美丽，在被称作“强克”，富有特色的狭窄石板路上散步，十分有趣。村子外面还有一座特鲁洛建筑，尖端凸起的圆形拱顶上有着不可思议的标志，这种建筑的起源直到现在都还是一个谜。



村里几乎所有的建筑物被漆成白色，所以即使是太阳光照射不到的小巷子，也很明亮。有位老奶奶打开门向外走，这平常不过的一幕也仿佛明信片上的画一样美。广场上有一座钟楼，穿过广场可以来到一座视野开阔的公园。我来到圣尼古拉马德雷教堂参观，让人眼前一亮的白色墙壁和石柱，让雕刻和绘画显得更加精致。我在巷子里发现了一家餐厅，向服务员点了店里的特色菜，上来了茼蒿猫耳朵意面和大香肠。这两样是当地的特色菜，每份的量都很大，不过感觉吃剩的话有点对不起主厨，所以我努力吃光了。







经过交叉路口进入村子，首先映入眼帘的是建于 16 世纪的圣母圣衣教堂。沿着小巷往村庄深处漫步，我发现这里有许多教堂，阿尔迪蒂教堂的天使雕塑令人着迷。小小的广场上有一座高大的巴洛克式圣安德烈亚使徒马德雷教堂，里面笼罩着暖黄色的光。这座教堂设有 8 间礼拜堂，一对老夫妇主正在祭坛前祈祷。教堂的前面有一根高大的圆柱，顶端有圣人的雕像。

普利亚大区

Puglia

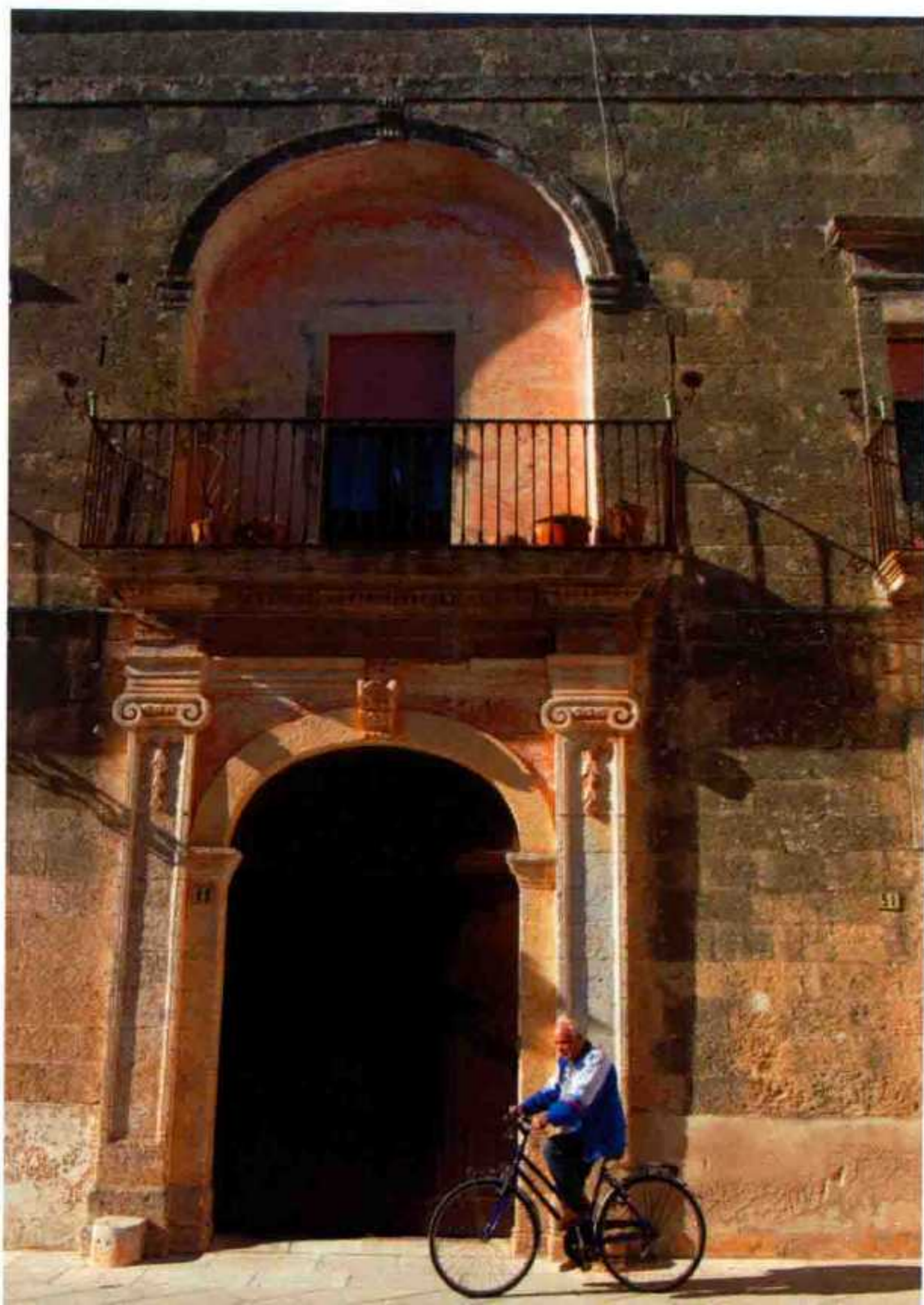
普雷西切

Presicce



**橄榄油榨油厂不容错过
拥有宅邸宫殿等景点的村庄**

村庄里有好几处历代领主的府邸和教堂，其中最具代表性的是意大利大道上的阿尔迪蒂城堡和人民广场上的公爵宫，这些巴洛克式宅邸有着漂亮的庭院。维拉尼广场上的圣安德烈亚使徒马德雷教堂里供奉着村庄的守护圣人，教堂前还有一根石柱，顶端有圣安德里亚的雕像。这座村庄自古盛产橄榄油，还建造了地下榨油厂，这里的 23 座地下榨油厂非常有考古学意义。



普利亚大区

Puglia

罗塞托 瓦福尔托雷

Roseto Valfortore

随处可见浮雕和玫瑰 艺术气息四溢的村庄

村子的附近有一片叫作贝托洛雪莉的森林，那里的野玫瑰非常繁茂，村名便有“玫瑰覆盖的福尔托雷谷”之意。村徽上有玫瑰的图案，主干道上也盛开着鲜花。村子里随处可见的浮雕，是经过几个世纪传承下来的重要艺术品。村子的南面有一座采石场，从那里开采出来的石头经熟练石匠之手，成为门、柱子、扶手、石棺、浮雕等作品，十分精致。



缓缓起伏的山丘上，外墙色彩柔和的民居比邻而建。道路两旁种着树，许多民居的大门口摆着玫瑰、橄榄和葡萄的盆栽，让人感受到村民们共同维护美丽村子的心意。我在小巷里散步时，一位开朗的女性请我为她的女儿们照相，我答应把照片寄给她时，她很高兴。我还在一家餐厅的墙壁上发现了漂亮的浮雕。雕刻中的人物枕着枕头躺着，估计作者是在表现人们休息时的样子吧。



普利亚大区

Puglia

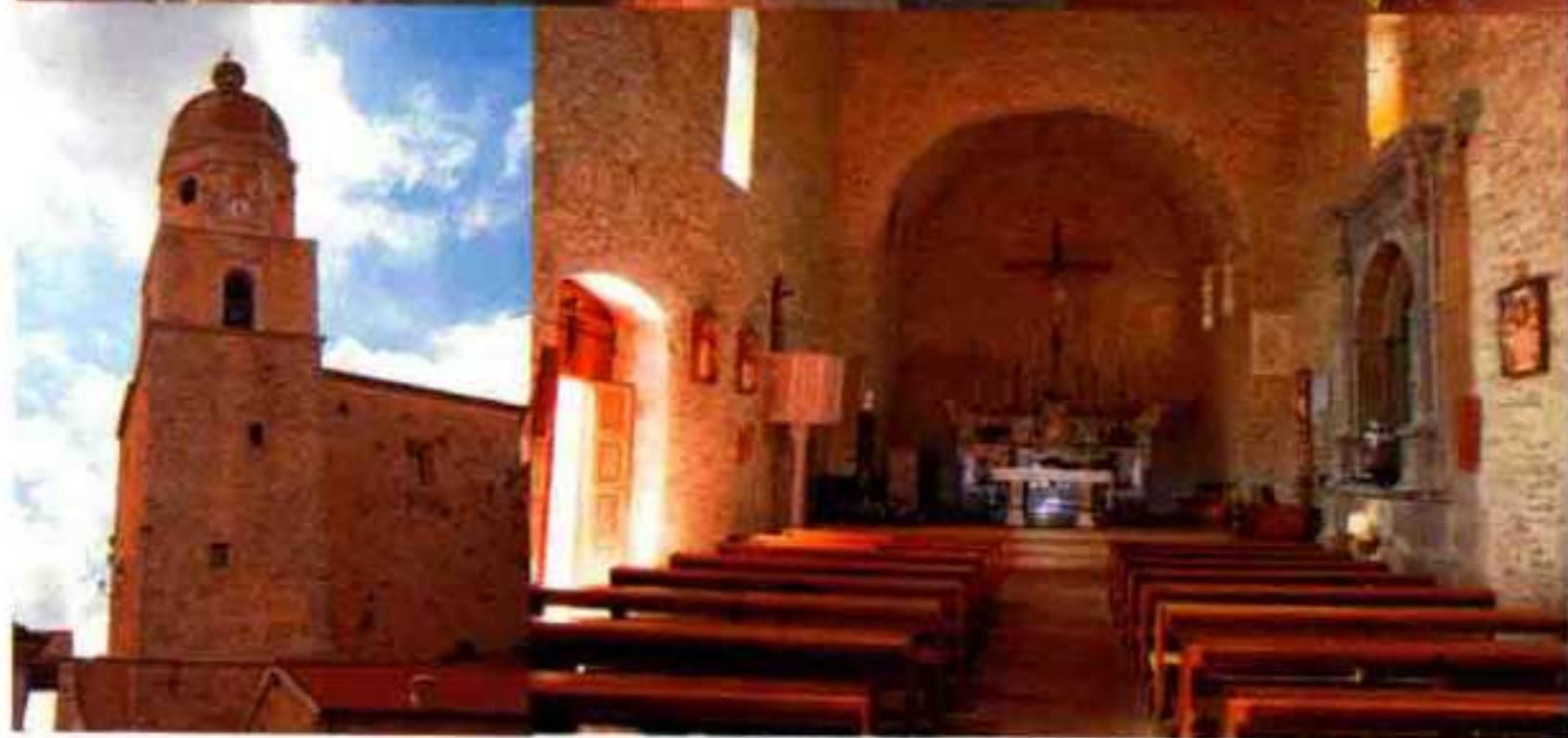
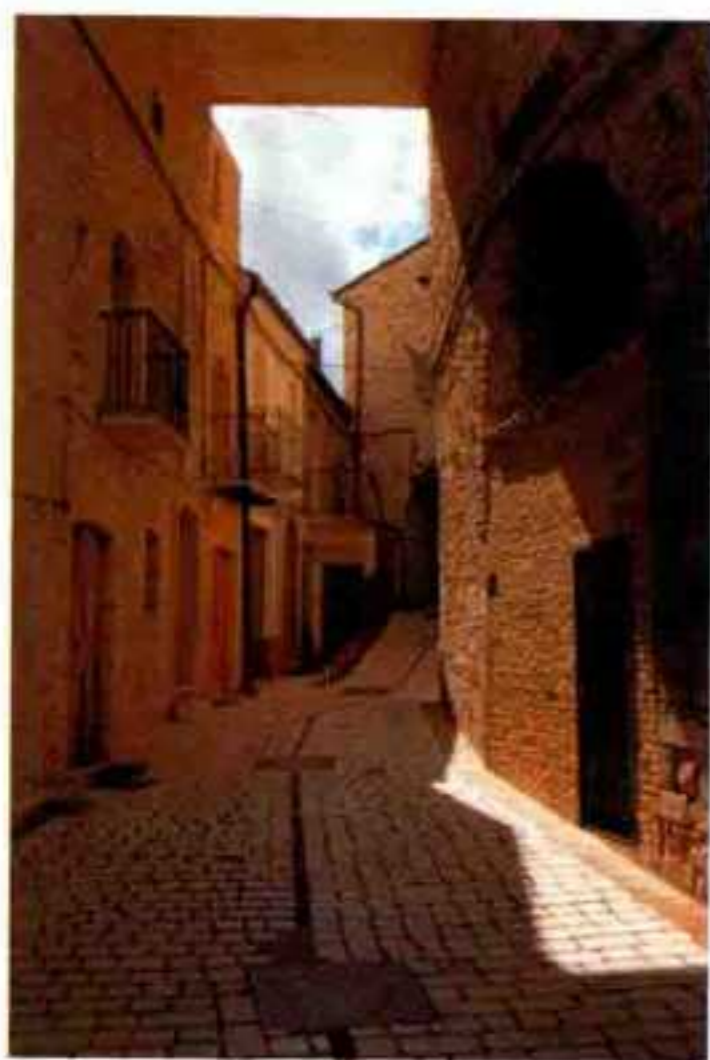
皮耶特拉蒙 泰科尔维诺

Pietramontecorvino



民居以雄伟的城堡为中心 位于岩山上的村庄

在12世纪，这里的居民被西西里岛王鲁杰罗二世袭击，逃出的居民们藏在石洞里，因此村名中有代表岩石的“皮耶特拉”。位于山顶，被称作“泰拉韦基亚（意为古老的土地）”的地区，有一座雄伟的城堡。这座城堡有着特别的构造，塔、教堂、总督宫殿融为一体，像一座纪念碑矗立在村子的中枢位置。城堡周围还有围墙和观景台，但现在只留下了一部分。



村子周边有个居住区，现代建筑比邻而建。穿过大门，沿着狭窄的石板路向前走，可以看到拥有罗曼式外观和巴洛克式祭坛的圣母升天教堂。我从侧门进去，参观完大堂后，又从正门出来。这里有一座小小的露台，可以眺望村子的全貌，附近山丘上的风力发电风车正有力地转动着。沿着小道继续向前走，可以来到公爵宫，但很遗憾没能到里面参观。



普利亚大区

Puglia

斯佩基亚

Specchia

完美重现 16 世纪风貌
可以在具有时代感的街道上
体会散步乐趣的村庄

村庄起源于 9 世纪，农民和牧羊人为了躲避撒拉森人袭击，在山丘上建成了小小的村落。直到 15 世纪初，斯佩基亚经历过多次的战争，并遭到严重毁坏。但 1542 年阿拉贡王国的阿方索一世对城堡和城墙进行了重建，使这里重现往日的美景。村庄里以城堡为中心的古老地区，保留了 16~17 世纪时期的集体住宅和庭院，周边环绕了许多狭窄的小路，被称作萨兰托地区最美的地方之一。

沿着小路走，来到了一座大广场。大广场上有献圣圣母教堂和利佐罗宫。坐在椅子上的大叔们对突然出现的游客感到十分好奇，一边聊天一边朝我这边看。沿着设置了路灯的主干道向前走时，我的目光被升天教堂吸引了。由于大门敞开着，我进去参观了一下。里面放置着几座美丽的圣母雕塑。我试着寻找男性的圣人雕像，但没有找到。





从建于 16 世纪的圣洛克教堂所在的小广场，延伸出一条道路，通往村子的低处。沿着这条路走，能看到庄重的普利奥拉雷教堂。据说它是 18 世纪，在圣殿骑士团的教堂废墟上建立起来的。前方还有许多古老的民居比邻而立。居民们充分利用小巷的空间晒衣服，当我用相机记录村民们的生活情境的时候，路过的大叔来和我说话，还带我参观了建于 19 世纪的老宅。

普利亚大区

Puglia

阿尔贝罗纳

Alberona

经过几个民族的建设
保留了许多遗迹和
古建筑的村庄

阿尔贝罗纳位于福贾以西约 45 公里处，坐落于达尼山脉的一角。村庄面向绿色的亚平宁山脉，这里有几处水源地，清澈的水喷涌而出。这里一开始由诺曼人居住，10 世纪时东罗马人迁移至此，建立了新的村子。经过一系列变迁，在 13~14 世纪时，村庄被圣殿骑士团和马耳他骑士团统治。如今，这里保留了许多在战争和信仰中诞生的艺术品和建筑。



Basilicata

巴西利卡塔大区





巴西利卡塔大区

Basilicata

卡斯泰尔梅扎诺

Castelmezzano

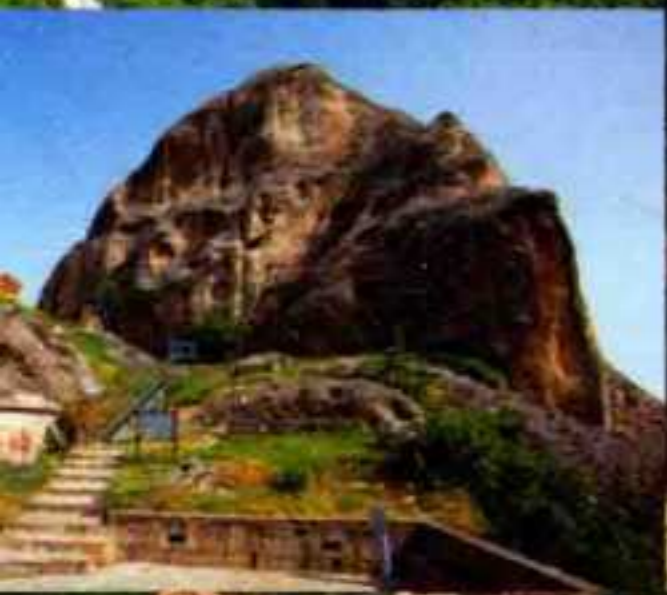
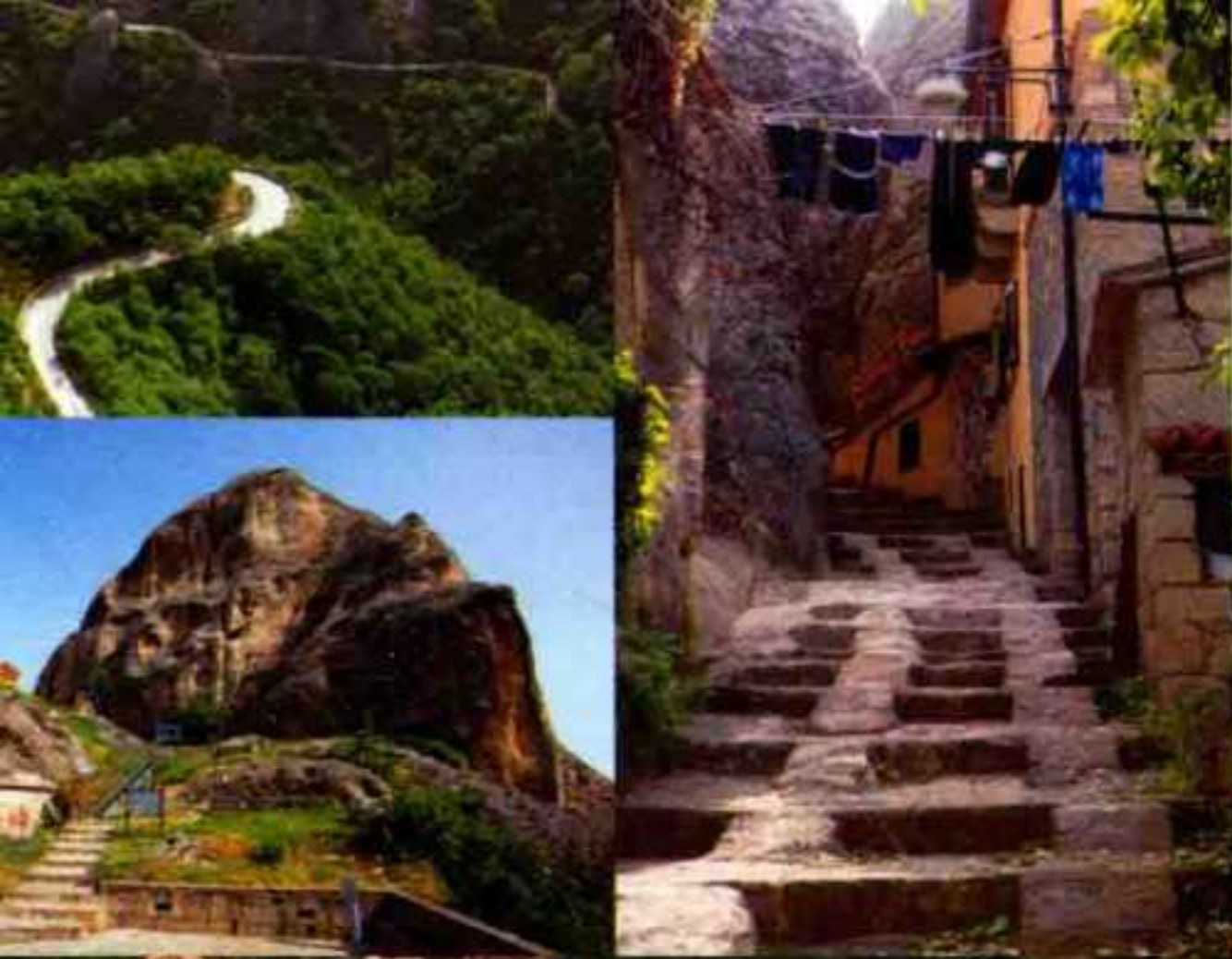
紧贴岩山而建
拥有绝佳远景的村落

这座村庄在 10 世纪作为诺曼人的要塞和其他城市之间的“中间城”建立起来，这也成了村名的由来。深灰色的岩壁上有朝天空突出的尖锐山岩，越过岩壁便能看到藏在岩阴处的村庄。登上通往山顶的险峻阶梯，可以眺望被称作“卢卡尼亚的多洛米蒂山系”的美景。在村里散步时，我发现民居紧贴着岩壁建造，仿佛和岩石融为一体，十分有趣。



我一边留意对面行驶而来的车辆，一边攀爬险峻的山道，途中还遇到了一大群羊。看到陡峭的悬崖脚下的村子时，我感动得说不出话来。在这样的深山里竟然生活着大约 800 人，实在令人难以置信。我怀着激动的心情，开始在小巷里散步，途中擦肩而过的村民们，都会和我打招呼。绝佳景色和友好的村民让我立刻喜欢上了这座村子。因为打算在这里住几天，我问酒吧的店员这边是否有旅店，于是他帮我给一家 B&B 旅店打了电话。那家旅店外观陈旧，里面的房间却像城市里那样现代化，还能连上 WiFi。









巴西利卡塔大区

Basilicata

韦诺萨

Venosa

诗人贺拉斯的出生地
保留着许多罗马时代
珍贵遗迹的村庄

韦诺萨是古罗马帝国的自治城市之一，作为从罗马延伸出来的阿皮亚街道沿线的中转城市繁荣起来。另外，这里还有意大利最古老的犹太人居住区。公元前65年，罗马的伟大诗人贺拉斯在此诞生。村子里的考古学公园保留着罗马时代的浴池、民居、圆形竞技场，还有犹太人的地下墓地遗迹等重要的历史资料，非常有意义。



朝着如大陆般广阔的大平原走去，就可以到达这座大村庄。我首先参观了圣三一教堂群遗迹。据说没有建筑完毕就宣告完工的圣安德烈亚主教大圣堂非常华美，并排伫立着的石柱和石壁把我的思绪带回到了古代。我沿着主干道走到村庄内部，道路十分宽敞，许多地方都能看到有狮子雕塑的喷泉。这座村庄给人一种身在罗马时代的城市里的感觉。之后我来到了有四座圆柱形塔的阿拉贡城堡前，城堡的周围有很深的护城河。虽然能用遗址的门票到里面参观，但是禁止拍照。这时正好是午饭时间，我到一家餐厅品尝了这个地区的传统菜肴，用猪内脏炖的酱汁拌猫耳意面。









巴西利卡塔大区

Basilicata

皮耶特拉佩尔托萨

Pietrapertosa



被尖岩山包围的街景 仿若完美全景图的村庄

皮耶特拉佩尔托萨一带的地表覆盖的主要是砂岩，为了保护这种特殊的地貌及生态环境，在此设立了加里波利·康纳多及卢卡尼亚的多洛米蒂国家公园。村子被岩石环绕，几座顶部倾斜的尖锐石山相连，就像多洛米蒂山谷。登上诺曼城堡的高台，能看到岩石和天空交相辉映，民居的屋顶仿佛和岩石融为一体，构成了一幅全景图。



悬崖脚下建筑物鳞次栉比，富有整体感的橘黄色屋顶连成一片，十分耀眼。我来到石山顶部的诺曼-霍亨斯陶芬城堡，付了两欧元到里面参观。洞穴样式的居住遗迹、360度的全方位景观，都使我感动。回到村子后，我首先参观了建于14世纪的圣雅各伯圣殿。墙上的壁画非常美，但是禁止拍照。我沿着小路巡游村庄时，有一位中学年纪的男孩子和我打招呼。也许是因为日本人在这里很少见，他跟我聊了几天，向我提了许多问题。







巴西利卡塔大区

Basilicata

维贾内洛

Viggianello



**保留着记录历史的珍贵文物
还有两座不容错过的教堂
遗留着拜占庭风味的村庄**

这座村庄在 2014 年被确定为“最美村庄”之一。从狭窄的山路向上走，这座小村子便出现在眼前。我沿着从圣母升天礼拜堂延伸出去的小路开始游览。有几家民居外搭起了脚手架，正在修缮。广场前面的圣加大肋纳堂也在进行外墙修缮工作。之后我走到诺曼人建在高台上的城堡，但那里已经变成私人住所，不能进去参观。在离村子稍远的地方，有一座拥有别致圆屋顶的圣三一大教堂。

村子里遗留着许多拜占庭时期的遗迹，圣加大肋纳堂便是其中之一。现在所能看到的教堂，是 1634 年博茨托男爵重建而成，里面保存着大理石的洗礼盘、主祭坛、管风琴、三尊身着黄金服饰的牧师木乃伊等珍贵的物品。圣安东尼大教堂里保存着著名雕刻家贝尼尼的父亲彼得·贝尼尼创作的圣母子雕像。



巴西利卡塔大区

Basilicata

瓜尔迪亚佩尔蒂卡拉

Guardia Perticara

青铜时代延续下来的悠久历史 以石制景观为荣的村庄

村子的历史悠久，从公元前 14 世纪的青铜时代开始，就已经有人居住了。圣维托地区坟墓遗址中发现的琥珀珠宝及日用品，是研究公元前 9~ 前 8 世纪本地区居民生活情况的重要资料。这座村庄被称为“石头村”，人们十分重视石砌建筑组成的街景。这里虽然因 1980 年的大地震遭到破坏，但是匠人们用高超的技艺，将村子修复得非常完美。

有一处民宅的墙上绘制了一幅巨大的壁画，描绘了村子的居民。欣赏完壁画之后，我踏上了通往村子深处的小路。外形和颜色统一的三层建筑连接成排，窗边装饰着花朵。到达广场后，我正犹豫接下来往哪个方向走的时候，酒吧里的大叔告诉我，前面有一座圣尼古拉马格诺马德雷教堂。我在小巷里发现了一家小餐厅，老板推荐的番茄意面十分美味，她还拜托我给她的女儿照张相。



巴西利卡塔大区

Basilicata

阿切伦扎

Acerenza



保留罗曼式教堂 被诗人称作鹰巢的村庄

这座村庄位于布拉塔诺山谷和菲乌马雷拉河之间，海拔 833 米的凝灰岩上。村名由表示“高处”的古语演变而来，诗人贺拉斯将此处称为“鹰巢”。大教堂建于 11 世纪，耗时十年以上，是一座罗曼式教堂。教堂外墙到处镶嵌着罗马时代的大理石墓碑和希腊的成排石柱，仿佛诉说着悠久的历史。



村里的建筑密密麻麻地覆盖了整座小山，就像中世纪的要塞城市一般。我走在像迷宫一样复杂的小路，到高地参观。高地上有一座阿切伦萨圣母升天主教座堂，但大门上着锁，无法进去参观。村里的男人们正聚集在广场上聊天。一位大叔用手指了指教堂侧面，示意我往那边走。我转了一圈，发现钟楼的墙上装饰着罗曼式的雕刻。





Calabria

卡拉布里亚大区



卡拉布里亚大区

Calabria

阿尔托蒙泰

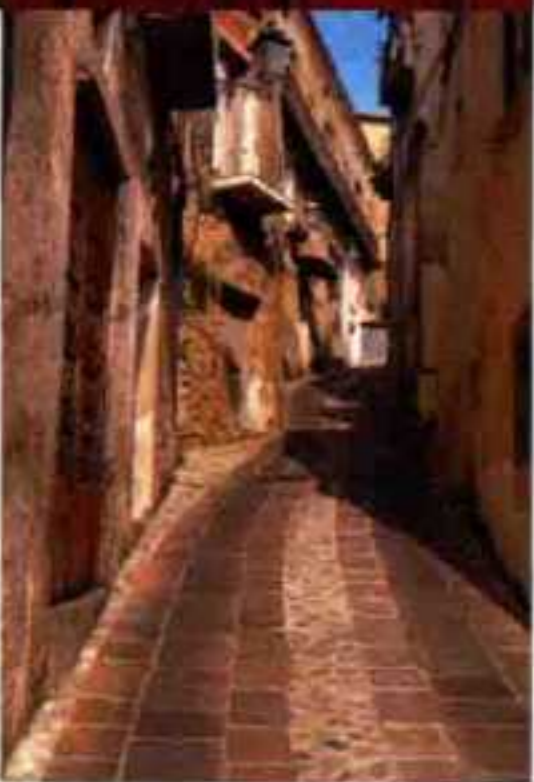
Altomonte

拥有 14 世纪改建的教堂
还能远眺埃萨罗山谷美景的
村庄

人们在 9~10 世纪时，为了躲避撒拉森人的入侵，从埃萨罗河转移到海拔 500 米山丘上建立了这座村庄。村民们以山顶上的忧苦之慰圣母堂为中心，在山丘的斜面上建造了蜿蜒曲折的小路和台阶，再沿着小路建造房屋。教堂由当时村庄的领主，也就是侍奉安茹家族的骑士菲利普·桑吉内托伯爵，于 1342 年以诺曼时期的教堂为原型改建而成。从教堂所在的山丘上，可以眺望埃萨罗山谷的美景。



沿着石板小巷往高处走，可以来到忧苦之慰圣母堂所在的广场。教堂内正在进行修缮，浮雕装饰的大门被卸下来立在墙边。看着历史与文化被人们重视并传承的过程，总会令人感动。继续向村庄深处走，可以看到一座大宅邸，现在被改造成了五星级酒店。村子前面有一座户外剧场，我正站在围栏外观看的时候，问询处的女性帮我打开了门，说可以进去自由参观。驱车 5 分钟可以到达建于 1770 年巴洛克风格的保罗圣芳济圣殿，我在这里参观了美丽的回廊。



卡拉布里亚大区

Calabria

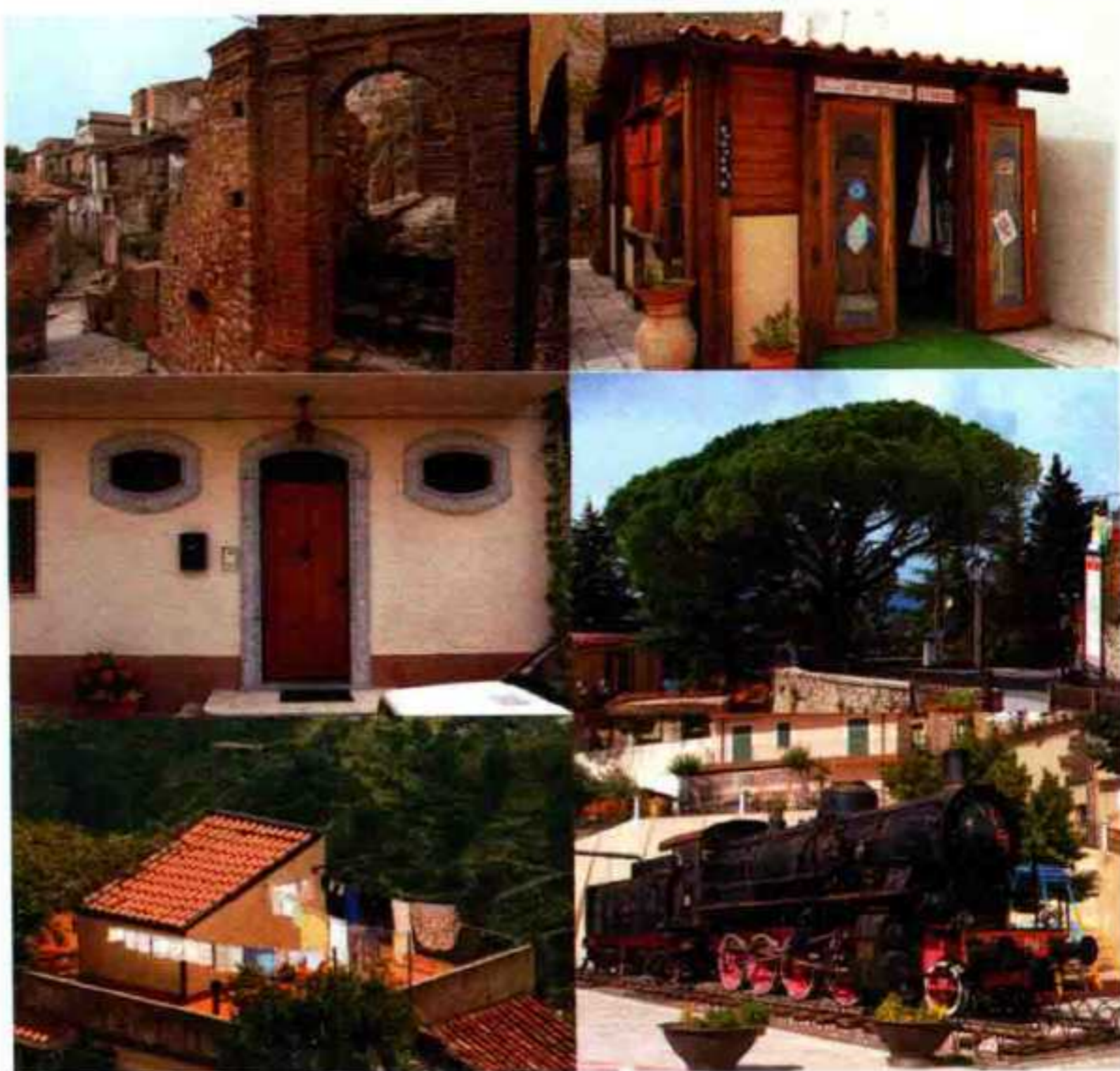
博瓦

Bova



美丽大教堂中的
礼拜堂不容错过
被撒拉森人追赶的
村民在山上建造的村庄

公元前7~前6世纪，这里曾是希腊的殖民地，829年撒拉森人入侵后，幸存的村民在山上建造了现在的博瓦村。这里受希腊的影响深远，连古老的方言都有希腊语的音调。主教大圣堂非常古老，据说在公元5世纪就已经建成了。用来告解的礼拜堂由各种颜色的大理石建成，十分漂亮。岩山的高处还有10~11世纪诺曼人的城堡遗址。



沿着曲曲折折的山道往高处走大约8公里，便能到达这座小小的村子。不知为何村子的入口处放着一台蒸汽火车头。问过村里人，才知道车头是人们从山脚辛苦运到村子里来的，似乎已经成为这座村庄的标志。广场有一个没人值班的问询处，那里放着许多免费的资料 and 介绍村子的书。我沿着小路到村子的高处参观，这里有许多近20~30年来建造的民居和教堂。在一家民居的院子里，一位老爷爷正在编筐，他专注的样子十分动人，我在旁边观摩了一会儿。村庄高处有诺曼人建造的城堡，悬崖上是座视野开阔的展望台。





卡拉布里亚大区

Calabria

奇亚那利亚

Chianalea



可以在面朝第勒尼安海的 古老渔村享受悠闲一日的村庄

据说特洛伊人漂流至此，建立了这座村庄。村庄面朝第勒尼安海和阿斯普罗蒙特山的山坡，随时间变化的大海颜色，特别是日出和日落的美景，令人心醉。这里从很久以前开始就是渔村，现在也能看到渔夫们在房檐下修补渔网、准备船只的样子。沿着小路向上走可以到达鲁夫城堡。从城堡的窗户眺望，能看到埃奥利（利帕里）群岛和西西里岛的全景，非常美丽。



向着大海延伸的巨大岩山上，密密麻麻地建着房屋。我先参观了位于高处的无垢圣母玛利亚教堂。祭坛的整面墙上都是以蓝色为主色调的壁画，非常美。之后我来到教堂附近的城堡，花 1.5 欧元进入里面参观。里面展示了和渔业相关的物品，小型画廊里还在举办以海洋世界为主题的照片展。傍晚，我来到港口。在村里灯光的照耀下，彩色的小船随波摇曳，这幻想般的景色深深打动了我。几个孩子正在钓鱼，突然下起了雨，于是纷纷跑到屋檐下避雨，等到雨停了，又来到堤岸上开始钓鱼。我自己虽然没有钓鱼，但看着他们的一举一动，也别有一番趣味。海边有几家餐厅和旅馆，我很容易就订到了房间。





卡拉布里亚大区

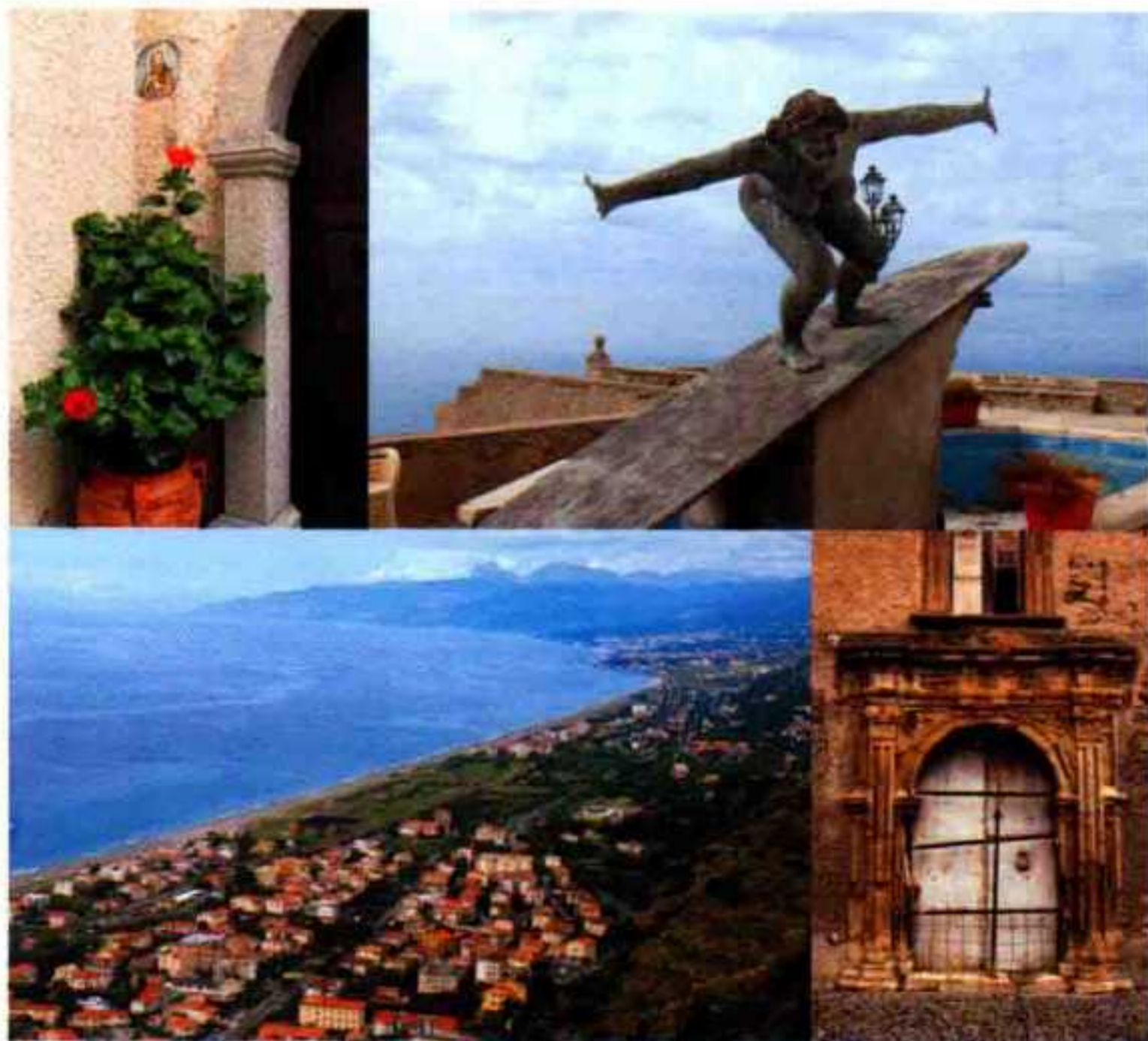
Calabria

菲乌梅夫雷多 布鲁齐奥

Fiumefreddo Bruzio

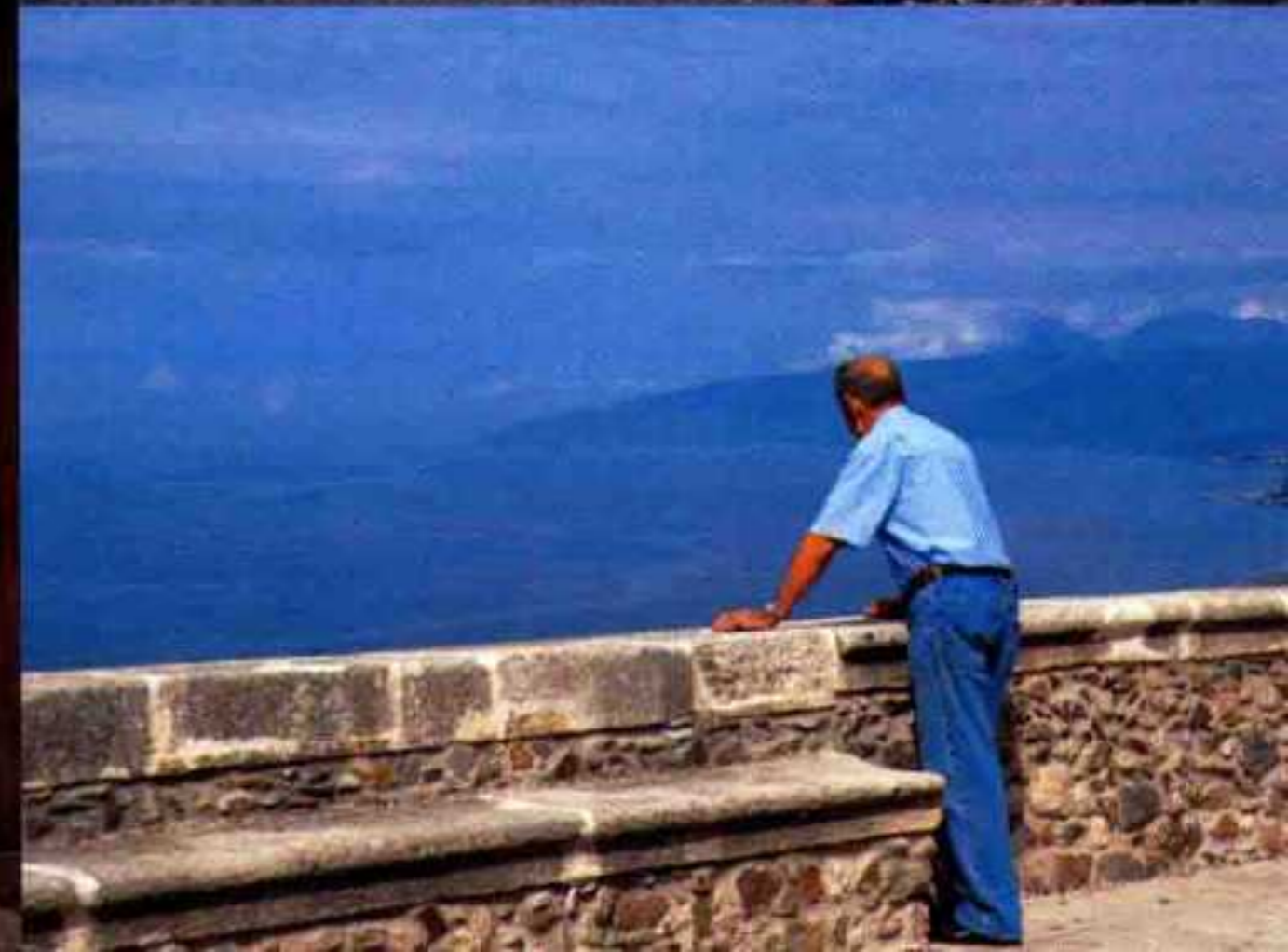
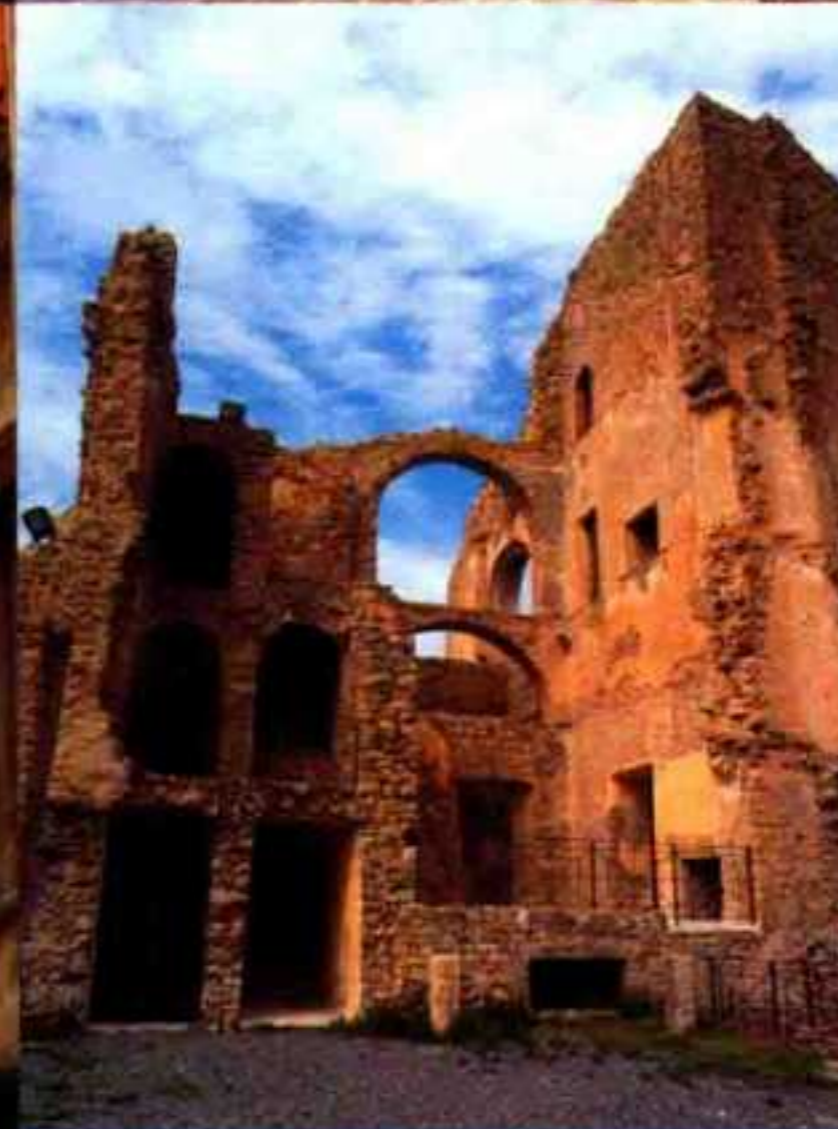
可以看到 9 世纪以来
受到破坏和重建的历史
拥有丰富水资源的村庄

由于距离大海数公里处有块岩石，那里会喷涌出清水，因此这里在以前被称作“Fiumefreddo（冰冷的河流）”。村庄在公元 9~10 世纪，因撒拉森人的入侵而遭到破坏，之后诺曼人重建了这里。为了防御外敌，人们建造了高塔，之后又建造了城堡和城墙。尽管如此，1807 年还是因遭受到拿破仑军队的袭击而再次被破坏。山谷中突出的岩石上还残留着城堡的废墟，在里面能看到现代画家萨尔瓦托雷·菲奥姆的壁画作品。



村子前方有座建于 1201 年的瓦雷城堡遗迹。虽然天花板已经坍塌，墙皮也已经脱落，但还可以沿着台阶爬到上面。村子里现在还保留着许多摇摇欲坠的古建筑。有的只剩空壳，有的墙体和门已经变得歪歪扭扭。我边走边参观了历史遗产悲伤圣母教堂（托雷塔教堂）、圣基亚拉教堂，之后来到了视野很宽阔的广场。一位村民正在远眺湛蓝的亚得里亚海。或许这美丽的景致，也是村民们以这历史悠久的村庄为荣的原因之一吧。







卡拉布里亚大区

Calabria

杰拉切

Gerace



拥有众多教堂
曾经的文化中心

面朝爱奥尼亚海的美丽村庄

这座村庄面朝爱奥尼亚海，风光明媚，海拔 470 米，位于阿斯普罗蒙特国家公园一角。公元前 8 ~ 前 7 世纪，在这里生活的希腊人为了躲避撒拉森人的袭击，转移到高地上，建立了现在这座村庄。12 ~ 17 世纪的杰拉切是周边的精神文化中心，据说拥有 128 座教堂。1045 年被圣别的主教大圣堂，是意大利最重要的教堂之一。



我把车停在高地上的停车场后，首先映入眼帘的是建在悬崖上的城堡遗迹。村子里有许多教堂。我首先到圣母升天主教大教堂参观，让人联想到神殿的石柱规则地排列着，一直延伸到圣母雕像所在的祭坛。教堂内部有罗曼式风格特有的简约构造，装饰很少。附近的亚西西的方济各教堂也十分精美。傍晚时下雨了，我在路边发现了一家旅店，于是订了一个房间。饭后，我漫步在静夜中的村子里。湿漉漉的石板路和路灯洒下的微光，构成了一幅美丽的图画。

卡拉布里亚大区

Calabria

斯蒂洛

Stilo



海豚喷泉和 5 座冲天炉 保留多种文化的村庄

这座村庄曾是拜占庭王朝位于卡拉布里亚大区的要塞，曾被多个民族统治过。以卡托利卡寺院为代表，村庄保留了许多拜占庭式教堂。9~10世纪建造的这座寺院里，有 5 座标志性的冲天炉，还能看到 1000 年诺曼画家绘制的壁画。附近的诺曼城遗址、受阿拉伯影响而建造的“海豚喷泉”的雕刻等，都能让人感受到村子悠久的历史，非常有趣。



建于 16 世纪的巴洛克风格的圣方济各教堂伫立在村子前方，似乎在迎接旅人。沿着狭窄的小路向村里走去，可以看到摇摇欲坠的民房。在圣多米尼克教堂前面，有位大叔正在进行石壁的修缮工作。他认真堆砌石块的动作，让人百看不厌。沿着通往高处的小路向上走，大约十分钟就来到了半山腰的拉·卡托利卡教堂，教堂门口有一个人在看守。教堂的一面墙上有着整面的壁画，但禁止拍照。精美的壁画使我深深感动，我在签名簿上留下名字之后，就离开了礼拜堂。





卡拉布里亚大区

Calabria

莫拉诺卡拉布罗

Morano Calabro

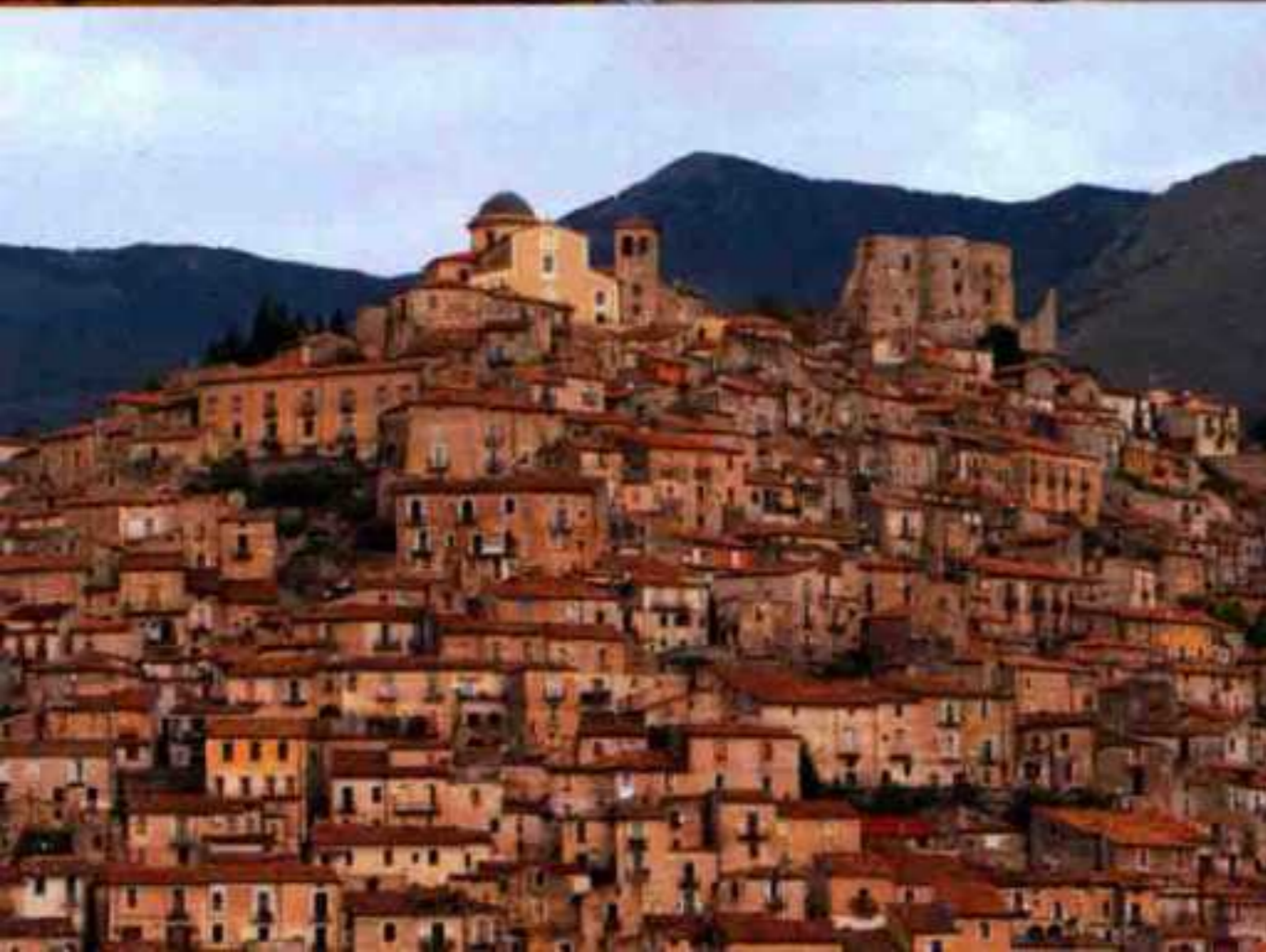


位于波里诺国家公园内部 保留哥特式教堂的村庄

这座村庄位于可以眺望波里诺山的山丘上，村里的民居全都聚在一起，形成了壮观的景象。由于村庄也在波里诺国家公园400平方公里的保护区内，因此有一种人与自然和谐共生的美感。圣彼得和保罗大教堂是建于15世纪后期的哥特式建筑，木质的天花板，巴尔托罗梅奥·维瓦里尼绘制的多翼祭坛画，都非常精美。附近的诺曼城堡遗迹，也能让人感受到这座村庄的漫长历史。

密密麻麻的建筑物覆盖了整个山丘，使村庄看起来像一座巨大的城堡。我穿过大门，沿着小巷向高处前进。有位老爷爷正开着三轮摩托车登上坡道，一路伴随着引擎声。有位大叔正在把装着葡萄的编织筐抬进家里，正在午睡的野狗被游客的脚步声惊醒。在这如此朴素的村庄中，似乎所有的一切都令人感动。村子最高处有村里最古老的圣彼得和保罗大教堂，附近还有诺曼-霍亨斯陶芬城堡，但只剩下了残垣断壁。我在村庄入口看到一家叫作“圣多明尼克城”的旅店，于是订了一个房间。这时刚好是旅游淡季，住店的客人只有一位。一天的食宿加起来才70欧元，非常便宜。隔天清晨，我有幸欣赏到了仿佛在天空熊熊燃烧的朝阳。









卡拉布里亚大区

Calabria

圣塞韦里纳

Santa Severina



公元前由希腊人建立
可以将爱奥尼亚海
尽收眼底的村庄

这座村庄在公元前5世纪由希腊人建立，如今村庄的东部还保留着希腊人居住区。村庄位于内多河的峡谷之中，由于建在层叠而上高达325米的凝灰岩山上，因此也被形容成“石之船”。位于米兰主座教堂中的洗礼堂建于8~9世纪，被认为是卡拉布里亚大区最古老的拜占庭式建筑。另外，站在1075年由诺曼人建造的城堡上，可以将爱奥尼亚海的美景尽收眼底。



村庄处于隆起的巨大悬崖之上，穿过石桥稍微走一会儿，便能来到长方形的广场。我来的时候刚好过了午休时段，诺曼城堡的门敞开着，我用两欧元买了门票进去参观。天花板上的壁画和遗迹非常高雅，向外眺望的景致也让人心旷神怡，因此我在城堡里待了一个多小时。接着我到哥特式的圣安那斯塔斯教堂参观，墙壁和天花板的装饰非常精美，特别是铺满圆柱的宗教绘画令人非常感动。村庄的某个角落里，有一座建于11世纪的圣菲洛蒙娜礼拜堂（博佐洛教堂）。





卡拉布里亚大区

Calabria

奇维塔

Civita

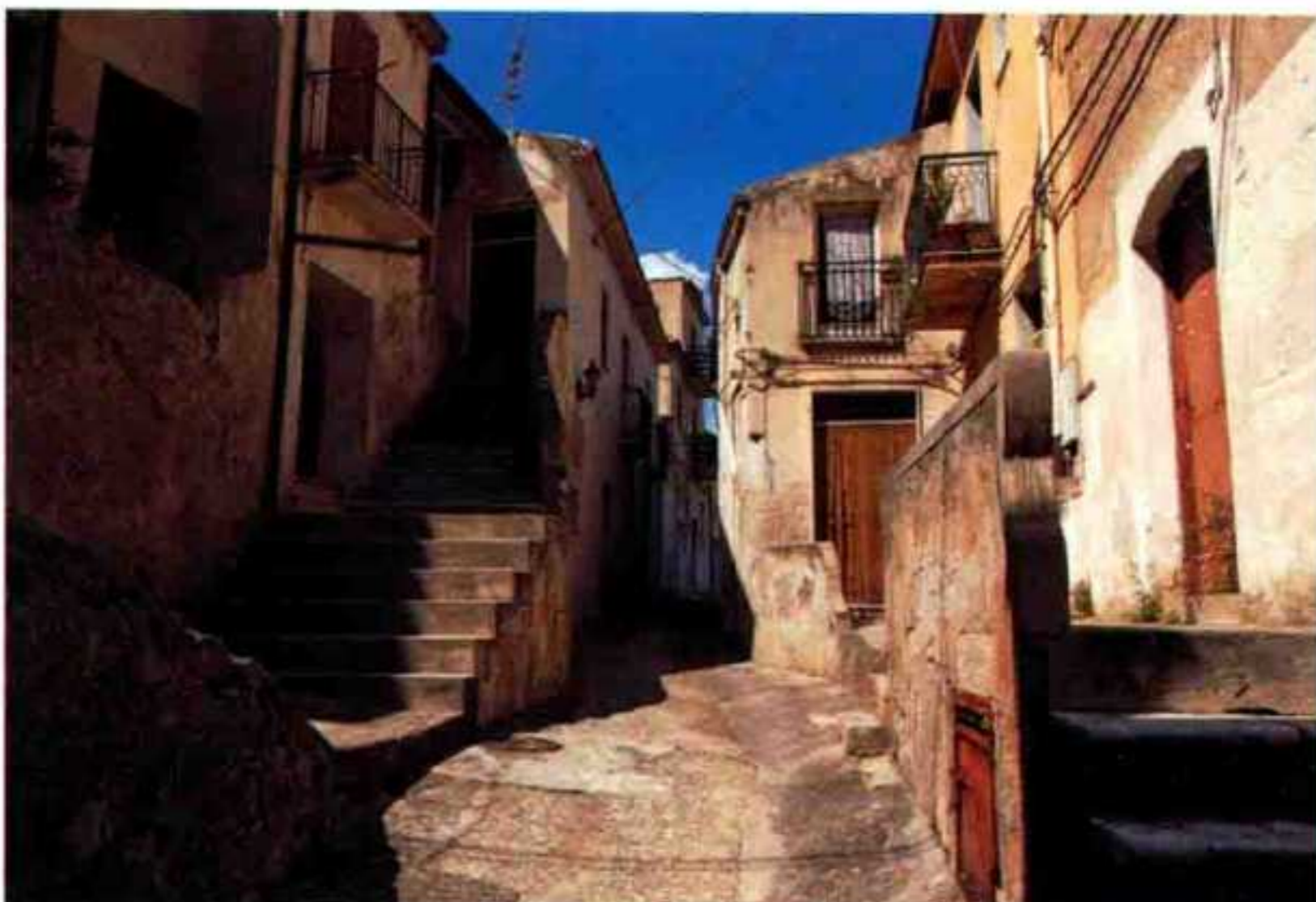


因拉贾内洛山谷的 “恶魔之桥”而闻名 保留阿尔巴尼亚语的村庄

这是一座 1476 年由阿尔巴尼亚人，在 1014 年被撒拉森人烧毁的居住地原址上重建的村庄。如今这里的人们依然使用祖先们的阿尔巴尼亚语。村庄拥有波里诺国家公园，拉贾内洛山谷中一座被称为“恶魔之桥”的桥架设在 260 米高的位置。这座桥建于 1500 年左右，传说这里的村民们是用最先走过桥的人的生命作为交换，请恶魔搭了这座桥。



这座村庄所处的位置刚好被陡峭的巨大岩山夹在中间，村里的民居使用了山上开采的石头，每座建筑物的颜色都很一致。家家户户的烟囱形状都富有特色，我不禁每一个都拍了照片。建于 17 世纪初的圣母升天教堂的门开着，木质的祭坛上雕刻着葡萄和孔雀，描绘圣人们的壁画也镶嵌其中。许多老年人在广场中的长椅上度过悠闲的时光，一位名叫约翰的老爷爷和我搭话，向我讲述了自己乘坐客船到美国纽约时的回忆。





卡拉布里亚大区

Calabria

阿耶塔

Aieta



**拥有许多景点
斯皮内利宫尤为出色
可以品尝到美味的生火腿
和意式香肠的村庄**

村庄的名字来源于希腊语的“鹫”，据说从旧石器时代开始，这里就已经有人居住了。村庄中心耸立着建于16世纪的斯皮内利宫，这座宫殿是国家指定的纪念建筑，一共有3层。宫殿里有礼拜堂、伯爵的政务室、游戏室等，其中的壁画在近几年得到了修复。村里出产各种卡拉布里亚大区特产的生火腿，十分美味，加了红胡椒的意式香肠也不容错过。



我一边眺望湛蓝的大海，一边沿着山道攀登而上，来到村庄，在村里看不到海面。看着被高高的石墙围起的小路，可以体会到以前人们的辛苦。村庄的高处有一座高大的斯皮内利宫，远远看去，就像城市里的公寓楼。我一边参观圣朱塞佩礼拜堂、众圣教堂等散布在各处的小教堂，一边在村庄巡游。广场上有几台移动贩卖车，销售儿童衣物、水果、蔬菜、奶酪、鲜花等，村民们也沉浸在购物的乐趣中。





Sicilia

西西里島



西西里岛

Sicilia

卡斯蒂廖内迪西西里

Castiglione di Sicilia

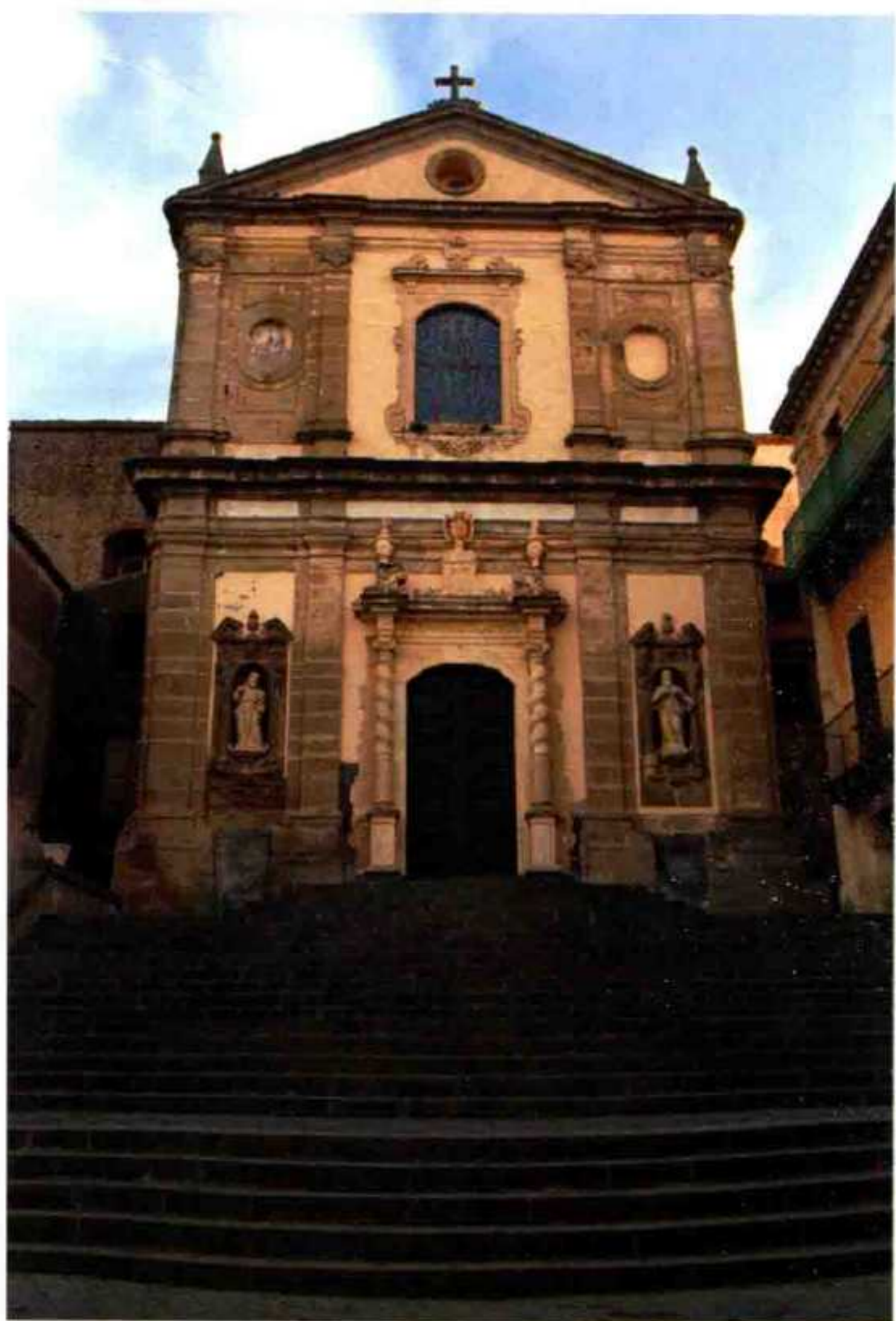


从很久以前就是
美味葡萄酒的产地
保留了许多历史遗产的村庄

在背对埃特纳火山，俯视阿尔坎塔拉河的丘陵之上，有着广阔的葡萄园。从很久以前，这座村庄就以葡萄酒的产地闻名，还酿出了拥有 DOC 认证（原产地名称保护制度）的埃特纳葡萄酒。起源于公元前 5 世纪的这座村庄中，保留了许多历史遗产。建于 17 世纪的卡特纳圣母大教堂拥有巴洛克式的正面外墙设计，内部则有优雅的大理石圣母像，据说出自米开朗基罗的学生贾科莫·加吉尼之手。



我来到这里的时候，正好看到整座村庄被美丽的夕阳染红。走上 S 形的坡道，能直接到达位于高处的广场。我发现了一家小旅馆，并订了一个房间。附近伫立着庄严的卡特纳圣母大教堂，前方的岩山上还有一座看起来很像城堡的圣彼得和保罗使徒教堂，不过走近一看，我发现大门上着锁。到了晚饭时间，我在旅馆的餐厅里吃了香辣茄酱直通粉。第二天，我早早起床，在沐浴着朝阳的村庄里散步。埃特纳火山顶上罩着皑皑白雪，看起来很美。





西西里岛

Sicilia

切法卢

Cefalù



被古代遗迹和 12 世纪的大圣堂所守护的村庄

在高达 270 米的巨石形成的岩山，也就是被腓尼基人称作“赫拉克勒斯的海角”的自然要塞上，可以俯视整座村庄。岩山顶上有在公元前 5 世纪用巨石筑成的城墙，还有建于同一时代，也用巨石建造的“戴安娜神殿”等古代遗迹。岩山的山麓中，伫立着一座在 12 世纪由西西里国王鲁杰罗二世创建的大圣堂。金色墙壁和镶嵌着的装饰物让圣堂看起来非常豪华，也无比精美。



村庄里相当热闹，主干道上的特产店和餐厅比比皆是，有许多游客正在散步。不过山另一侧的小巷十分寂静，洋溢着村民们的生活气息。穿过一条晾着许多衣物的小巷，我来到阿拉伯兼诺曼式的高大的切法卢大教堂。有几位游客正望着装饰金光闪闪的祭坛，一边静静地祈祷着。村庄的边缘有一座栈桥，年老的渔民正在教年轻的渔民如何修补渔网。夕阳沉到水平线以下，夜晚来临之时，岩山顶上的满月探出了头。









西西里岛

Sicilia

甘吉

Gangi



公元前 1200 年的传说保留至今 充满艺术氛围的村庄

在巴勒莫市东南方向约 80 公里处，马多涅山脉一角海拔 1010 米的马罗内山上，可以看到一片中世纪风格的民居。甘吉的历史非常悠久，根据传说，在公元前 1200 年时，从克里特岛渡海而来的希腊人建造了这座村庄。甘吉的繁荣从 13 世纪开始，现在能看到的高大城堡和围绕村庄的长城墙，便是在那个时期，由支配村庄的文蒂米利亚家族所建。另外，各种艺术在这里遍地开花，并诞生了多位优秀的画家和雕刻家。



跨越几个山丘后，村庄的全景突然展现在眼前，让我感到无比震惊。这里生活着约 7000 人，从远处的山丘看村民生活的情景，非常有趣，仔细观察的话，能看到家家户户的阳台上都晾着衣物，还有正在浇花的人。让人感到意外的是，这里居然没有成为观光地。我在两旁民居相连的寂静小巷中散步，参观了圣保罗教堂、巴里的圣尼各老圣殿、办公楼，并在视野良好的地方眺望周边的风景。由于到了午饭时间，我尝试寻找餐厅，但很遗憾没有找到。





西西里岛

Sicilia

诺瓦拉 迪西西里

Novara di Sicilia

小石子铺成的
街道令人惬意
可以眺望大海和
山谷美景的村庄

从村庄的最高处朝第勒尼安海方向俯视，可以看到广阔的山谷和埃奥利群岛。背后则是村庄的标志，高达 1340 米的险峻岩山。村中的道路多以小石子铺成，民居和教堂的建造也用到了小石块。虽然人们曾遗忘了这种技术，用水泥取而代之，不过最近这项技术重新受到好评，再次被人们采用。另一方面，古老的教堂和宅邸使用的红色大理石，是这个地区特有的。



村庄隐藏在西西里岛东北部的山里，外墙色彩柔和的民居依偎着岩山。经过石桥，再向前走一段，便来到 3 层建筑相连，摆放着许多赞颂战士的雕像的广场。老人们对突然出现的日本人感到惊讶。附近有一个修整得十分精致的小庭院，对面耸立着建于 15 世纪的巴洛克式圣母升天大圣堂，这仿佛绘画般的美景令人心动。我想找家餐厅吃饭，但没有找到。





西西里岛

Sicilia

圣马尔科达伦齐奥

San Marco d'Alunzio



**保留各种古代遗迹
盛产葡萄酒和橄榄油的村庄**

圣马尔科达伦齐奥位于西西里岛墨西拿以西约 100 公里处，离第勒尼安海岸 5 公里的丘陵之上，在公元前 4 世纪由希腊人建立。公元前 3 世纪时，这里因与罗马人交易葡萄酒和橄榄油而富裕起来。通过考证壁画得知，萨提西玛圣母教堂建于异教的神殿遗迹之上。位于村庄高处的圣马尔科城堡废墟，似乎默默地记录着漫长岁月以来的盛衰枯荣。



我首先沿着小巷，来到村庄最高的位置，这里残留着诺曼城堡的巨大石壁。接着，我一边参观罗马天庭圣母玛利亚教堂、圣玛利亚济贫院，一边在主干道上散步。巴洛克式的众圣教堂里，刚好在举行周日的礼拜。结束之后，许多村民走了出来。大人们站着聊天，孩子们则追逐打闹，玩着游戏。附近的酒吧里也有许多顾客。





西西里岛

Sicilia

斯佩尔林加

Sperlinga

利用自然的洞穴 建造居所的村庄

源自拉丁语，在希腊语中意为洞穴的斯佩尔林加，正如字面所示，整座村庄建在岩山和洞穴里。人们利用自然形成的洞穴，再削砍岩山，建成房屋和道路。在1282年西西里晚祷战争中，法国的守军在村庄高处的岩石城堡躲了一年。正面的拱门上刻着称赞城堡的话语。为数不少的洞穴中也有罕见的情况，比如曾为基督教的教堂的洞穴，在某个时期曾被当作清真寺使用。



这是一座位于巨大板块般的岩山脚下的村庄。我先来到斯佩尔林加城堡，花3欧元买了门票进去参观。登上阶梯，眼前的景象就像石器时代的洞窟一样。人们在巨大的岩石上挖凿出房间、厨房、灶台、烟囱等。我紧紧抓着绳索，爬上陡峭的阶梯，来到城堡的最顶端，发现这里视野非常好。离开城堡之后，我来到两旁有着石砌民居的小巷里散步。有位老人坐在长椅上，优雅地度过午后的悠闲时光。这是座特别富有魅力的村庄，不过我没有遇到其他的游客。





西西里岛

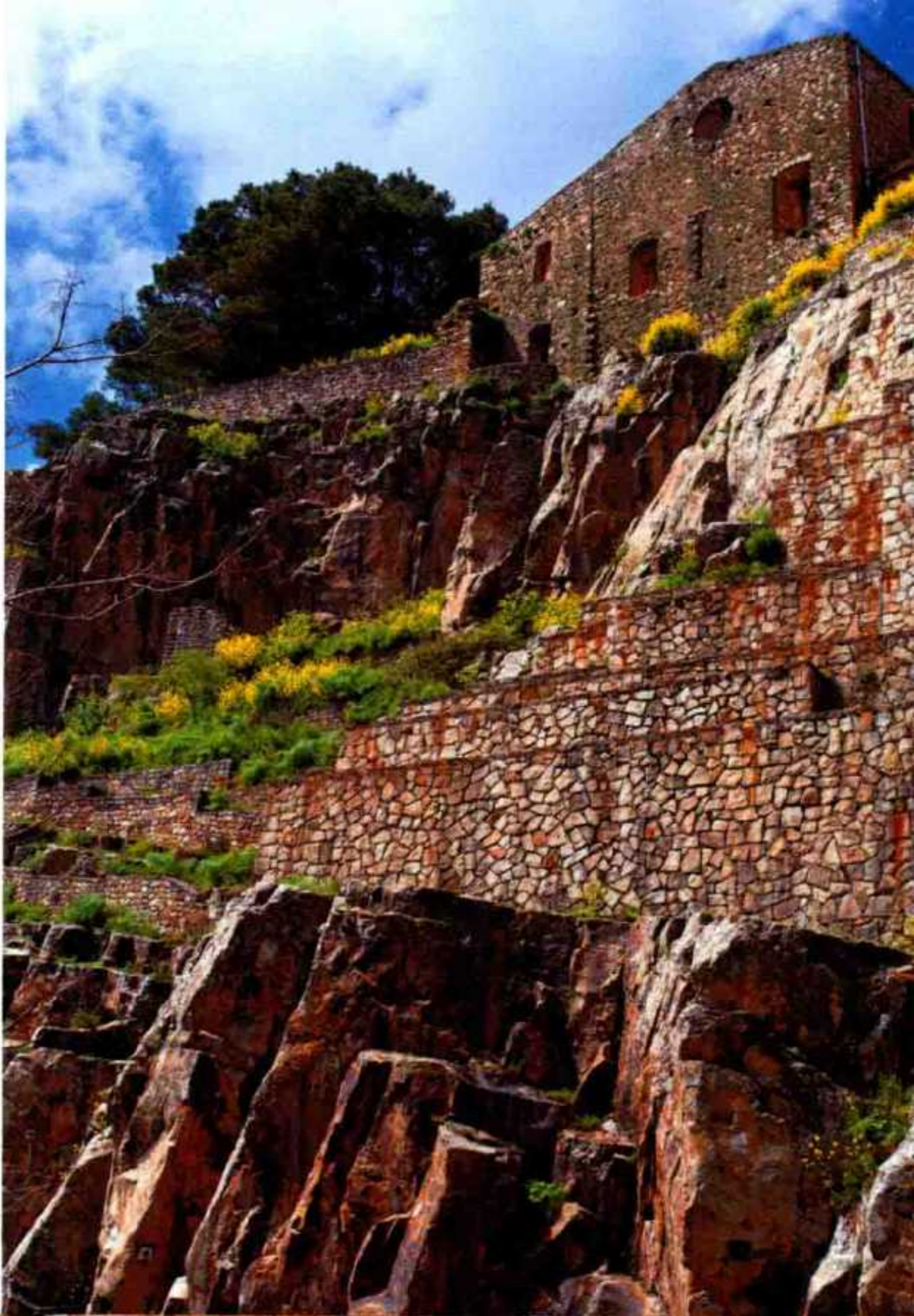
Sicilia

杰拉奇西库洛

Geraci Siculo

以大理石雕刻工坊
和金工艺品闻名
可以眺望壮丽美景的村庄

杰拉奇西库洛位于马东尼自然公园中一座海拔 1077 米的岩山上。天放晴时，可以眺望海上的埃奥利群岛。这座村庄拥有漫长的历史，起源于来这里开拓荒地的希腊人。在 15 世纪，诞生了以加吉尼的工坊为代表的多色大理石祭坛和雕刻等艺术作品。如今在圣母大殿中，除了雕刻和绘画作品外，还收藏了许多出自佛罗伦萨的金工艺人之手的精巧的金银仪式用品。



村庄入口处有一座古老的石砌波尔塔圣母教堂，旁边有一条道路向山上延伸，这是一条坡度相当高的坡道。我在圣母大殿前的广场稍作休息时，有位老爷爷告诉我：“到里面看看吧。”教堂的祭坛前有 8 位村民正在做祷告。之后我再次登上坡道，周围的村民们步履缓慢，一步步向前走。想到住在这座村庄里的人每天都要爬这条坡道，令我十分佩服。我来到村里最高的地方时已气喘吁吁，这里有一处城址，还有一座小小的石砌圣安娜教堂。



西西里岛

Sicilia

卡斯泰尔莫拉

Castelmola



在狭窄的小巷中
摸索着散步十分有趣
西西里岛民居林立的村庄

这座村庄位于陶尔米纳市以西 8 公里，海拔 550 米高的岩山上，从古时起就是陶尔米纳市的一块战略要地。诺曼人为了提防阿拉伯人的侵袭而建造的城堡经过了中世纪的洗礼，在法国与西班牙的战争中也发挥了重要作用。村庄中心区域保留着中世纪街景，相互交错的狭窄小巷连接着村中的大小广场，巷子两旁还有西西里岛风格独特的砖瓦屋檐。村子的视野非常好，可以俯瞰陶尔米纳市全景。

这是一座非常开阔，时常能感受到舒适微风的村庄。在可以将一望无际的大海尽收眼底的小广场中，村民和游客们正坐在长椅上度过悠闲的时光。小巷里销售陶器、绘画、饰品等的特产店比比皆是。村庄中央有一座几经重建，成为诺曼式和哥特式混合风格的巴里圣尼古拉教堂。在寂静的小路上散步时，我发现了一座建于 1450 年的圣乔治教堂，进入大门，首先看到的是守护圣人圣乔治骑着白马的雕像，祭坛则是在内部右侧不显眼的位置上。



西西里岛

Sicilia

蒙塔尔巴诺 埃利科纳

Montalbano Elicona



曾被数个异族支配的
城堡令人印象深刻
拥有罕见巨石群的村庄

通往村庄的山道因塌方禁止通行，于是我只能再次回到山下，走别的路爬上山。这种情况似乎在西西里岛很常见，傍晚我才到达村庄。我穿过村民们聚集的广场，来到古老民居林立的小巷中散步。村庄高处有一座诺曼式的圣尼古拉与圣母升天主教圣堂，附近有一座巨大的城堡。虽然两座建筑物都没能进去参观，不过从标识牌上的照片来看，内部都十分精美，我不禁期待下一次的到来。



这座村庄位于海拔907米的位置，自4世纪诞生以来，相继被拜占庭王国、阿拉伯王国、诺曼底王朝、霍亨斯陶芬王朝、阿拉贡王国等数个异族国家占领。在被霍亨斯陶芬支配期间开始兴建城堡，之后的1270年，西班牙的阿拉贡家族建造了巨大水槽以强化城堡的防御，给人留下了深刻的印象。这座城堡还被阿拉贡家族改造为防御兼居住的别墅。马拉波塔森林中的巨石群是村中各个景点的精华。





西西里岛

Sicilia

蒙泰罗索阿尔莫 Monterosso Almo

从大地震中优雅地重生
可以瞭望美景的村庄



在广场上的一间酒吧里，几个当地男人正在闲聊。警察对我说“过来这里”，然后把我带到问讯处，送了我一堆观光介绍册。我在参观了巴洛克式的圣约翰洗礼教堂之后，向村庄内部走去。虽然走到玛多利切圣母升天教堂面前，但刚好在修复。我询问村民，得知还要好几年才能竣工。我在主干道上散步时另一位大叔前来搭话，带我参观了有着精美的拱形天花板的酒吧内部，这酒吧似乎只在夏季才营业。

1693年，西西里岛东部一带发生了大地震，蒙泰罗索阿尔莫也受到毁灭性的破坏。不过，通过村民们细致的计划，化为瓦砾的村庄得以优美地重生。面向高处的广场上的圣约翰洗礼教堂也被改建，现在呈现出巴洛克式建筑特有的华丽姿态。从广场延伸出去的路上，零星分布着教堂和掌权之人的宅邸，让人可以尽情欣赏建筑之美。一边在村里俯视广阔的美景，一边在澄澈的空气中散步，非常惬意。



西西里岛

Sicilia

萨沃卡

Savoca

电影《教父》的拍摄地 拥有古老历史的村庄

据说这座村庄起源于古腓尼基时期，村里有众圣教堂等重要的建筑物。教堂沿袭埃及人的习惯制造了木乃伊，因此卡普西尼修道院的地下礼拜堂里，供奉着许多萨沃卡贵族和修道院院长等名人的木乃伊。萨沃卡还以电影《教父》的取景地闻名，被用在影片著名片段中的酒吧，如今依然在特里马尔基的宅邸内部。



登上曲折险峻的山道，就能看到一座小小的村庄，村里的民居和教会零星散布在悬崖边上。这里到处都能看到盛开的野花，还能眺望远处湛蓝的大海，确实是一座美丽的村庄。穿过小小的门，眼前是一座建于13世纪的圣弥额尔教堂，正面外墙上的细密雕刻令人着迷。再向前走，还能看到同样建于13世纪的圣尼古拉教堂，祭坛上挂着描绘圣露西的殉教的绘画，还摆放着圣露西的大理石雕像。沿着道路向前走，还能看到其他的教堂。



西西里岛

Sicilia

桑布卡迪西西里

Sambuca di Sicilia

受古代遗迹群和阿拉伯文化的影响
拥有 16 世纪的建筑物等丰富瑰宝的村庄

这座村庄的东北方向坐拥阿德拉罗内山和杰努埃尔德山等群山，西南方向则被河流、峡谷与湖包围。村庄一开始受阿拉伯人的支配，被冠以古代城市的名字“扎布多”。这里有公元前 4 世纪的遗迹群，还有阿拉伯居住区的遗迹。村庄保存了许多贵重的瑰宝，还有被用作村务办公楼的阿尔巴宫、圣母谒见教堂等多处建于 16~17 世纪、风格考究的建筑物。

村中的主干道是一条平缓的坡道，两旁等间隔地种着苹果树。我来到建于 16 世纪的圣母玛利亚谒见教堂，虽然很想参观教堂里著名的圣母雕像，但很遗憾大门锁着。道路的尽头是有着钟楼的村务大楼，我穿过大楼下的拱形通道，向前走去。在视野开阔的广场上，立着类似神殿的柱子。或许是受地震损坏，众圣教堂现在看起来摇摇欲坠，这里正搭着脚手架，进行着修复工程。



西西里岛

Sicilia

苏泰拉

Sutera



受到三位圣人的守护 以罗曼式教堂为中心的村庄

保留中世纪街景的苏泰拉分为3个地区，罗巴德地区居住着阿拉伯人。村庄背后耸立着高达820米的巨大岩山——圣保利诺山。山顶上有座圣保利诺祈祷堂，供奉村庄的守护圣人圣保利诺，还收藏着圣安诺菲里和圣阿尔奇雷欧内的古老棺椁和圣遗物。村庄的广场上还有一座起源于15世纪的罗曼式圣阿加塔大教堂，里面收藏着贵重的宝物。

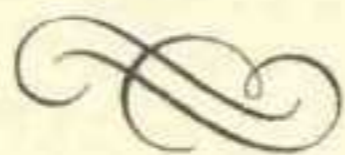


这是一座约1500人的小村庄。房屋在巨大的岩山脚下比邻而建，周边有盛放的茴香花丛。村庄里很安静，我在巡游期间没有遇到村民。在问询处，有位女性工作人员给了我许多地图和观光册，靠着这些地图，我参观了圣阿加塔大教堂和卡米尼圣母教堂。位于悬崖顶端的圣保利诺祈祷堂，如果有人来帮忙开门的话，似乎可以自由进去参观，我打了刚才的工作人员给的联系电话，但打了好几次都没人接。



Sardegna

撒丁島



撒丁岛

Sardegna

卡斯泰尔萨尔多

Castelsardo

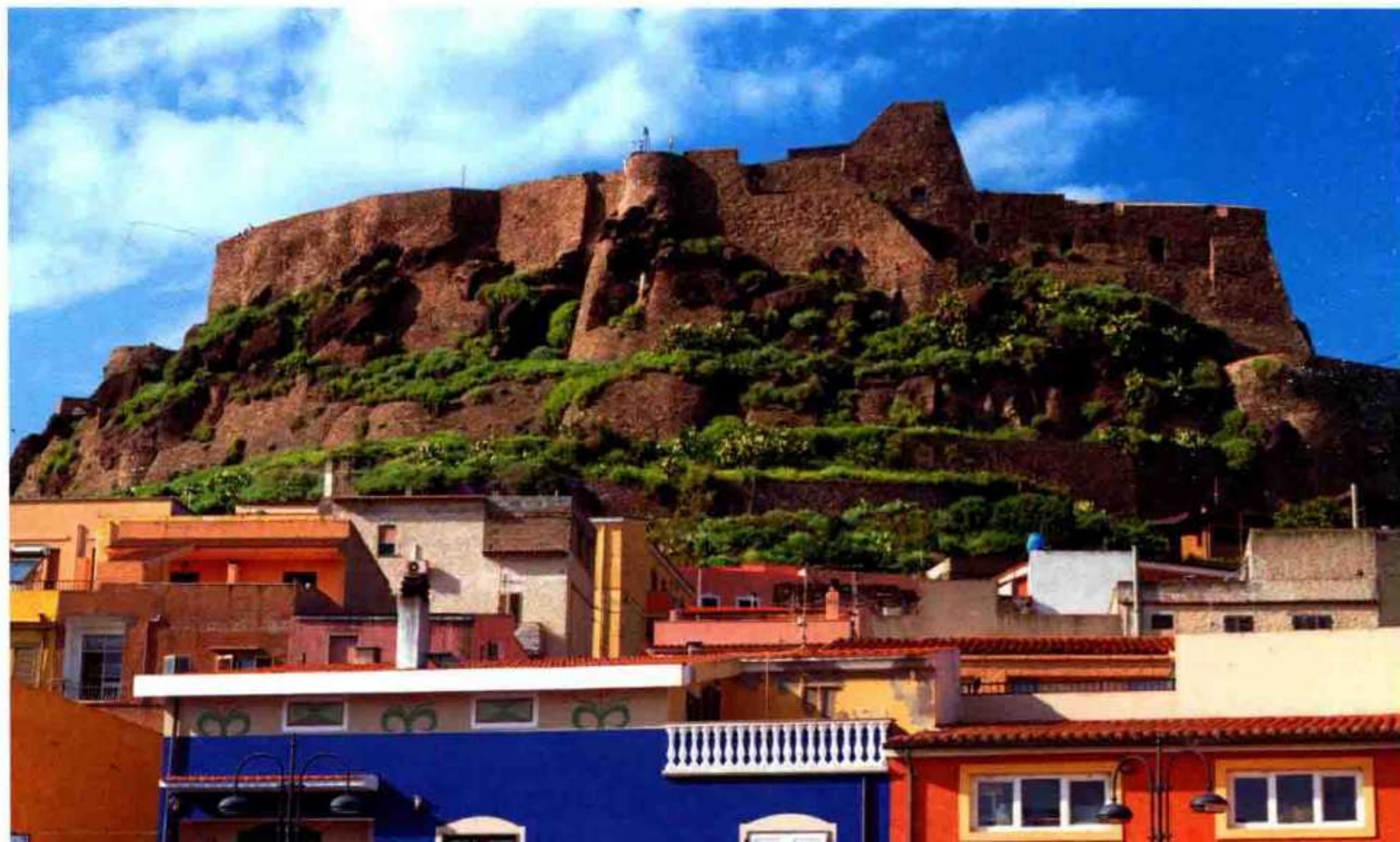


融合多种文化 保留中世纪风貌的村庄

村庄中心地区的一些建筑物，已有900年以上的历史。从中世纪起，这里就被热那亚的多里亚家族和西班牙的阿拉贡家族等家族陆续支配，日积月累，许多不同的文化融合在一起，形成这里独具特色的文化氛围。在村庄里俯视，白色沙滩和湛蓝大海的美景令人心动，历史悠久、迷宫般的小路使村庄充满魅力。村庄附近还有一座可以追溯到青铜器时代，叫作努拉吉的石砌建筑物。



我走在两旁都是现代化房屋的大路上，向建在岩山上的城堡前进。历史悠久的区域正是从这里开始。小路上有零星几家销售饰品或编织筐的商店，还有几家雅致的民宿。兼具哥特式和文艺复兴样式的圣安多尼院长堂附近，有座高大的钟楼。教堂里有大理石制的气派祭坛，上面装饰着许多曼陀罗花。拥有如此美丽风景的村庄现在住着大约6000人，据说每年的人口还在持续增加。这里的夜景也非常漂亮。











撒丁岛

Sardegna

博萨

Bosa



以大海与河流为背景 由几个富有特色的地区组成的村庄

站在建于 12 世纪的马拉斯皮纳城堡的城址上，可以把背向大海与河流的博萨全景尽收眼底。这里保留着中世纪的风貌，村里有三个地区。城堡四周环绕五颜六色的住宅和网状的小巷的科斯塔地区 (Sa Costa)、耸立着一座建于 16 世纪的阿拉贡高塔的博萨·马利纳地区 (Bosa Marina)、河流对岸的萨斯·孔扎斯地区 (Sas Conzas)。萨斯·孔扎斯地区中，还有几个从 19 世纪开始兴盛的皮革工场相邻而建。



从大海向河流逆流而上的地方，有个可以称之为城镇的大村庄。走在热闹的主干道上，可以看到圣母无原罪主教大圣堂。现在看到的教堂建于 1809 年，但其起源据说可以追溯到 12 世纪。我一边欣赏礼拜堂一边穿过侧廊，来到主祭坛面前，美丽的壁画和圆形拱顶上的绘画令人心动。小巷里有家小餐厅，我在里面吃了海鲜烩饭，这种位于小巷里的店也十分有人气。之后我到塞拉瓦莱城堡，用 4 欧元买了门票进去参观。城堡的领地内有座诺斯特拉圣母朝圣教堂，里面的壁画十分精美。





撒丁岛

Sardegna

阿特扎拉

Atzara

以民族服饰和 木匠打造的家具闻名 富有魅力的村庄

传统的五彩民族服饰吸引了许多艺术家和摄影师来到这里，另外由于气候舒适宜人，从中世纪开始这里就是栽培葡萄的著名地区。圣安蒂奥科马尔蒂雷教区教堂建于15世纪，朴素的正面外墙中央有个圆形花窗，这是一座阿拉贡王国时代的哥特式教堂。木质的祭坛和圣玛利亚木雕像都是这座村庄的木匠的作品，现在村里那些木匠制作的长椅也被人们视为重要之物。



这是一座隐藏于山里的小村庄，新老民居混杂而建，几家民居的墙上还有展现村庄以前的模样的马赛克照片。村庄中央有一座圣安蒂奥科马尔蒂雷教堂，正面外墙上的木雕十分精美。附近还有艺术家的工作室，有个男人正在认真地用木头制作着什么，我本想打招呼，但想想还是别打扰他了。来到郊外可以看到盛放的苹果花，在空中飞舞的燕子，还有在草丛中觅食的羊群，展现出一片祥和的田园风光。





撒丁岛

Sardegna

卡尔洛福尔泰

Carloforte



五彩缤纷的住宅
给人留下深刻印象
盛产珊瑚的村庄

这是一座位于撒丁岛西南海岸数公里的圣彼得罗岛东海岸上的村庄。从16世纪中叶开始，为了捕珊瑚的利古里亚渔民移居到塔巴卡（突尼斯），之后因为扩大需求，在1738年来到这座无人岛建造了村庄。五彩缤纷的建筑物相连而建，让人想起利古里亚的渔港，也寄托着居民对祖先和故乡的感情。粉红色、黄色、淡蓝色、橙色等房屋的外墙，和地中海的海面与天空相映成趣，给人留下深刻的印象。



经过大约30分钟的航行，我到达了圣彼得罗岛。地中海炫目的阳光普照着村庄的每个角落。大路边是各种柔和色彩的建筑物，还有果蔬店、理发店、自行车店、鞋店等许多与村民们的生活息息相关的商店，倒是面向游客的特产店比较少。广场上的树荫下聚集着许多村民，大路上也不断有村民们走来走去。我在散步时经常被村民们要求拍照。这个村庄到处充满生机与活力，在巡游过程中和人们的邂逅也令人觉得十分快乐。我在小巷中发现一家餐厅，到里面吃了加金枪鱼和肉末的矩形意大利面，还有今早刚捕捞的鲈鱼做成的菜肴，每道菜都非常美味。







意大利最美村庄

2001年，“意大利最美村庄协会”创立，并引入了村庄加盟制度。通过保全和修复历史建筑、发展旅游业，增进了地区的活力，使协会得到发展。截止到2014年6月，已经有234座村庄加盟了“意大利最美村庄协会”。作为加盟条件，当地人口必须少于1.5万人，中心区的人口必须少于2000人，从远处应能眺望到美丽的景观，同时必须保留教堂、城墙等12~15世纪的建筑物，并继承传统食物（意大利面、葡萄酒）或传统工艺（陶器、纺织物等）。若有自治单位或村庄提出申请，位于罗马的协会总部将对当地进行严格审核，以决定是否符合加盟条件。已加盟的村庄，如果两次审核后依然没有达到要求，将有被除名的可能。加盟成功的村庄将被允许使用协会的标志，并可以在村庄入口设立指示板，为游客提供引导。

“意大利最美村庄” URL

<http://www.borghitalia.it/>（意大利语、英语）

* “意大利最美村庄协会”每月都会进行加盟审核。直到2014年6月，也就是《绝景村庄全踏破 意大利230村》（日文版）开始编辑为止，已有234座村庄加盟。本书将通过摄影师吉村和敏的旅程，介绍所有的村庄。



世界最美村庄联盟

为了保护和维持偏远村庄的活力，“法国最美村庄协会”于1982年成立。之后“比利时（瓦隆地区）最美村庄协会”“加拿大（魁北克省）最美村庄协会”“意大利最美村庄协会”也陆续在1994年、1998年和2001年成立。“日本最美村庄协会”也于2005年进入筹备期。2003年，法国、比利时、意大利联合设立了“世界最美村庄联盟”。日本于2010年加入，加拿大于2012年加入。法国、比利时、意大利、日本、加拿大五国还在2012年签署了《世界联盟协议书》，并将法国登记为法人代表。西班牙、德国（萨克森自由州）、韩国也已准备加入这个世界联盟（截至2014年）。