

## 格拉西奥萨 (Graciosa), 白色岛屿

### 关于



照片: DRT, Maurício de Abreu

### 格拉西奥萨 (Graciosa), 白色岛屿

格拉西奥萨岛是组成亚速尔群岛中央岛群的五个岛屿中最北端的岛屿，被联合国教科文组织划归为世界生物圈保护区。该岛之所以得名白色岛屿，还是受其地貌特征和一些地名的影响，如白礁 (Pedras Brancas) (白色石头)、白山 (Serra Branca) (白色山峦) 和 Barro Branco (白色粘土)。

岛上只有一个城市，圣克鲁什-达格拉西奥萨 (Santa Cruz da Graciosa)，由四个教区组成：维拉德圣克鲁什 (Vila de Santa Cruz)、维拉达普拉亚 (Vila da Praia)、瓜达卢普 (Guadalupe) 和卢斯。圣克鲁什有名的是其典型的房屋和狭窄的、以宏伟的中央广场为中心的鹅卵石街道，您能看到室外音乐台、一些水槽和仙人掌树。值得参观的景点包括圣克鲁什达格拉西奥萨教区教堂 (Igreja Matriz de Santa Cruz da Graciosa)、圣克里斯多教堂 (Igreja do Santo Cristo)、克鲁什达巴拉 (Cruz da Barra) 和民族博物馆，这里展出的展品涉及葡萄酒文化、岛屿传统和捕鲸业。维拉达普拉亚 (Vila da Praia) 的亮点是圣马特乌斯教堂 (Igreja de São Mateus)，这里有一架可以追溯到 1793 年的管风琴，是亚速尔群岛中最好的管风琴之一，而在瓜达卢普 (Guadalupe)，一个同名的教堂建于 17 世纪。

从阿茹达圣母山 (Monte de Nossa Senhora da Ajuda)

可以看到岛屿北半部圣克鲁什的美妙全景。在这一地区您还可以参观三个分别供奉圣约翰 (S. João)、圣萨尔瓦多 (S. Salvador) 和阿茹达圣母 (Nossa Senhora da Ajuda) 的圣殿。后者是亚速尔群岛“带有防御性质的宗教建筑”的最好范例之一。其附属的“朝圣者之家”专供至此朝圣的人住宿。

岛上的建筑遗产在各类建筑中得以保留，尤其是教堂、小教堂、小村舍，以及神奇的水道体系，水道与有数百年历史的水库网及饮用水供水系统连接在一起。岛上风景另一个有趣的特色是红色圆顶的风车，这是受佛兰芒人影响，也证明了往昔谷物产量的丰富。

格拉西奥萨的卡德拉火山口 (Caldeira da Graciosa)

是岛上风景最具标志性的元素。这个巨大而美丽的火山口被划归为地区自然纪念地，同样也包括玛丽亚安坎塔达洞穴 (Furna da Maria Encantada) 和硫洞 (Furna do Enxofre)，是奉献给大自然母亲天然神殿。

爬到玛丽亚安坎塔达洞穴您将能欣赏到周边的风景和人类种植的茂密植被：日本雪松、合欢树、松树和香杉，这些植物几乎盖满火山口的墙壁，与岛上其他地方的植物形成鲜明的对比。火山口内是令人赞叹的火山洞，硫洞。洞穴通过两条大裂缝与外界连通，中央部位高约 40 米。要进入其中需经过一个建于 20 世纪早期的塔，还要走过一个 183 级台阶的螺旋阶梯。这是亚速尔群岛最壮观的洞穴之一，其中有一个冷水湖和向外喷泥浆的喷气孔，硫磺味冲鼻，因而得名硫岛，令人想起该岛的火山起源。

全岛至高点 (398 米) 蒂芒峰 (Pico do Timão) 以及法科峰 (Pico do Facho) (375

米) 是在原始植被的包围下休闲散步的好去处，而从多米达 (Dormida)。布兰卡 (Branca) 和芳提斯 (Fontes) 山不仅能够欣赏到整个岛屿的秀美景色，还能看到浩瀚的蔚蓝色大海。地平线上，中央岛群的其他岛屿，特尔赛拉、圣若热、皮库和法亚尔也依稀可见。

海岸线外的若干小岛为格拉西奥萨增添了一份特别的美丽。尤其是普拉亚岛 (Ilhéu da Praia)，其上栖居着大量不同品种的海鸟，低岛

(Ilhéu de Baixo) 正对着蓬塔雷斯廷加 (Ponta da Restinga), 盖沃塔斯岛 (Ilhéu das Gaivotas) 距卡拉巴朔 (Carapacho) 很近, 而在巴尔卡大桥海湾 (Baía da Ponta da Barca) 的鲸鱼岛 (Ilhéu da Baleia) 之所以得名是因为其形状象鲸鱼。

巴尔卡大桥的灯塔据当地居民称是亚速尔群岛最高的灯塔, 一眼望去非常醒目。

在卡拉巴朔, 您可在天然池中游泳, 然后在水疗中心温暖又具有疗效的水中放松身心。

环岛屿散散步, 在各个景点停下脚步, 让您对这座秀丽小岛优雅风景的美好记忆更加完整。

## 活动

格拉西奥萨是公认的水肺潜水和钓鱼的理想之地, 其与大海直接相连, 乘皮艇或小船游览海岸是不错的选择。圣克鲁什、福尔加 (Folga) 和普拉亚海湾都适合开展各种活动, 如划船、帆船运动和风帆冲浪。卡拉巴朔、普拉亚、巴鲁韦尔梅纽 (Barro Vermelho) 和卡雷达都是晒日光浴和游泳的好去处。

卡拉巴朔 (Carapacho) 温泉的水温在 40 °C 左右, 非常适合休闲放松, 在这样公认含有有益物质的水中沐浴有利于您的健康。现代化的温泉水疗中心可以俯瞰大洋和低岛, 能够提供各种技巧和专业服务。在附近的海上, 有卡拉巴朔新整修的天然池, 您可在由温泉水加热的海水中游泳, 享受自然、放松的海水浴。

在岛上众多的步行小道中, 有一条道路是环卡德拉的, 也可骑自行车、骑马或开车游览。

不可错过的是硫洞, 这是格拉西奥萨的瑰宝, 在导游的带领下还可参观岛上的其他火山洞穴: 探寻水溶洞 (Furna d'Água)、阿贝尔洞 (Furna do Abel) 和玛丽亚安坎塔达洞穴 (Furna da Maria Encantada) 等地下世界的秘密将是一次难忘的经历。

## 节日

格拉西奥萨的节日文化的表现形式包括: 流行舞蹈、铜管乐队音乐会、庆祝教区守护神的游行以及著名的狂欢舞会。在狂欢周, 岛上各个协会机构都会组织手舞足蹈的狂欢者穿着传统服装、头戴面具进行游行。

八月的圣-克里斯托-杜斯-米拉格里斯节 (Festa do Senhor Santo Cristo dos Milagres)

将宗教元素与其他庆祝活动结合在了一起: 音乐会和民族舞蹈使圣克鲁什历史悠久的街道生机盎然。和群岛其他地方一样, 圣灵节 (Festas do Espírito Santo) 也是岛上根深蒂固的传统节日, 从五月一直持续到九月。

## 美食

鲜鱼从传统上一般是炖制或焗烤。格拉西奥萨的大蒜和硬皮甜瓜很受美食家的欢迎, 是很多菜谱上常用的食材。

如果说这里有什么经典产品, 那就要数以岛为名的甜品了: 格拉西奥萨起司肉桂塔 (Queijadas da Graciosa) (奶酪杯状蛋糕), 配方已有数百年历史。当地甜品, 品种繁多, 口感好, 还有 cavacas (松脆饼)、大米蛋糕和 encharcadas de ovos (用鸡蛋做的蛋羹)。

格拉西奥萨同样出产精美的葡萄酒。岛上的白葡萄酒、白兰地和开胃葡萄酒可以满足任何挑剔口味的要求。

## 到地方

乘飞机:

Sata – Air Açores 经营有每日航班, 一般从特尔赛拉岛起飞

想了解更多:

- [www.sata.pt](http://www.sata.pt)

- [www.visitazores.com](http://www.visitazores.com)

走海路：

想了解更多：

- [www.atlanticoline.pt](http://www.atlanticoline.pt)