

Na no Ra

Les bons coins de Nara

Volume 3

le village de Tenkawa

奈良
の
良い所

Carte d'accès / アクセスマップ



**village de
Tenkawa**

UNE HEURE DE BUS DE SHIMOICHI GUCHI A TENKAWA

P3 : Tenkawa, entre nature et traditions
自然たっぷりの天川村でタイムスリップ

P4 : A la rencontre des Bouddhas et divinités de Tenkawa

神々とともに歩くー山奥の能と修験道について

P5 : Le daranisuké, médecine traditionnelle
修験道から誕生した身近な常備薬、陀羅尼助

P6-7 : Dorogawa, la cité thermale
身も心も清められる洞川温泉

P 8 : Edito
第3号発刊にあたって

Tenkawa, entre nature et traditions

自然たっぷりの天川村でタイムスリップ



Le village de Tenkawa est reculé. Il est très peu connu des étrangers, voire même des Japonais. Le train ne s'y arrête pas. Il n'y a qu'un seul moyen d'accès : la route. Il faut voir ça du bon côté : amis lecteurs, c'est votre chance de découvrir le Japon authentique. Pour s'y rendre en transports en commun, il vous faut descendre à la gare Kintetsu Shimoichi et prendre le bus. Cela dure environ une heure... Ca peut vous sembler long mais dès que vous montez dans le bus, vous êtes entourés par un paysage à couper le souffle. Avant que vous ne le réalisiez, vous êtes déjà arrivés ! Vous voilà transporté dans le temps, dans les temps immémoriaux d'un Japon ancestral.

Il est souvent dit que l'histoire du Japon commence à Nara. Venez vous en rendre compte vous-même en vous rendant à Tenkawa, qui se trouve au sud de ce département. Vous ne pourrez que tomber d'accord !

車でたくさんの山々を越え、天川村に入ります。外国人にはあまり知られていない場所なので、これを読んでいらっしゃる方は、穴場スポットを体験するチャンスですよ。公共交通機関を使用する場合は、近鉄下市口駅で電車を降り、バスに乗って約1時間です。1時間は長いように聞こえますが、美しい自然を眺めながらの旅路はあっという間で、昔ながらの日本を発見することができます、おススメです！

日本の歴史は、奈良から始まったと言われてます。奈良県の南部に位置する天川村を訪れると、「なるほど！」と納得することでしょう。

自然たっぷり！

天川村を訪れ、最初に印象的だったのがみたらい渓谷です。非常に長い時間をかけて作られたこの景色の真ん中にあると、心も身体もリフレッシュできます。森林の緑



Le plein de nature !

Lorsque nous avons visité Tenkawa, la vallée Mitarai nous a particulièrement plus. Amis lecteurs, pénétrez ce paysage millénaire forgé par l'eau et le vent. Vous vous rafraîchirez le corps et l'esprit. Le bleu de l'eau et le vert de la nature se mêlent pour se donner en un spectacle inoubliable. Nous l'avons visité en automne. A cette période, le rouge et le jaune des feuilles d'automne se mêlent à cet arc-en ciel de couleurs. En fermant les yeux, l'on ressent d'autant plus la nature : le bruit de l'eau et celui des chutes nous parvient plus clairement.

Reconnaissance envers cette nature

Les villageois de Tenkawa vivent pleinement dans cette nature et lui en sont reconnaissants. C'est la marque du shinto, religion animiste japonaise. Les esprits de la nature sont omniprésents. Au delà du shinto, la nature est aussi propice au bouddhisme et à l'ascétisme shugendō. Les visiteurs, dont vous, peuvent s'exercer en ces lieux.

Nous vous conseillons notamment le sanctuaire Daibenzaiten. L'on y célèbre Bentein, l'esprit de l'eau et par extension, des arts. Si vous êtes intéressés par le Shinto et par la nature, cet endroit est fait pour vous ! Nous ne pouvons que vous le recommander. Vous en apprendrez plus sur les rapports particuliers qu'ont les Japonais avec la nature.

En visitant cet endroit, vous vous rechargerez spirituellement. Les Japonais l'ont compris depuis le VII^{ème} siècle. En no gyoja (célèbre ascète bouddhiste japonais) ainsi que ses disciples moines ont élu domicile sur le mont Omine. Ils ont bâti le temple Ryusenji à son entrée. Le visiteur peut aussi le visiter. Il s'y purifiera ainsi l'esprit avant de grimper sur le mont. Visiter le temple puis le mont est un bon moyen pour marcher sur les pas d'En no Gyoja. Marcher... En effet, la route Omine-Okugake est aussi inscrite au patrimoine mondial de l'humanité de l'UNESCO dans le



Les célèbres feuilles d'automne japonaises

日本の秋といえば、紅葉

cadre du pèlerinage de Kumano (péninsule de Kii de cette région du Japon). Raison de plus pour visiter Tenkawa.

Après s'être rechargés spirituellement et mentalement via la nature et les temples des environs, arrêtez-vous au village de Tenkawa. Vous profiterez des thermes de la rivière Doro. Après vous être lavés spirituellement, vous pourrez vous laver et vous relaxer physiquement dans les sources chaudes. Rien de tel après une bonne journée de voyage intensive mais instructive. Rendez-vous à Tenkawa !

Mouloud Hammadou



Le temple bouddhiste "Tochio Kannon-do", ancré dans la nature

自然の中にある「栃尾観音堂」

自然と神社仏閣を楽しんだ後は、洞川地区に移動して、日本らしい温泉街の町並みを歩きましょう。そして、疲れた体を日本スタイルで癒すことができます。それは、洞川温泉！どうぞ皆様、お楽しみください。

ハマドゥ ムルードゥ



La cité thermale de Dorogawa

洞川温泉

と川の青の美しい風景が、視界いっぱい広がっています。私達が訪れたのは秋でしたが、秋が深まるにつれ、その景色は赤と黄色に染まっています。川や滝の音が聞こえ、目を閉じても耳で自然を感じることができます。

自然への感謝

この地に暮らす人々は、常に自然とともにあり、自然に感謝しています。日本の神道では、自然を神様として崇拝することがあります。また、修験道や仏教では、厳しい自然の中で修行することもあります。

外国人観光客の方には、奈良を訪れたら是非行って欲しいところがあります。それは、天河大辨財神社です。この天河大辨財神社では、「弁天様」という水の神様を祀っています。とても美しい神社で、日本の三大弁天の筆頭とされています。神道文化や日本人と自然との関係に興味がある方には特におすすめです。日本独特の神仏混合の祭祀形態についても学ぶことができます。スピリチュアルなエネルギーが満ちたこの自然の中で、長い間、人々は瞑想したり祈りを捧げたりしてきました。7世紀に活躍した役行者が大峯山で修行をしたことにより、大峯山には多くの修験道者が集まるようになりました。龍泉寺は、修験道者が大峯山に入る前に心身を清めるためのお寺として建てられました。天川村をまたぐ大峯奥駈道は、「紀伊山地の霊場と参詣道」として世界文化遺産に登録されています。この地を訪れると、スピリチュアルなエネルギーを受けて元気になれますよ！

Le village de Tenkawa, entre verdure et montagnes

自然と山に囲まれている天川村

A la rencontre des Bouddhas et des divinités de Tenkawa

神々とともに歩くー山奥の能と修験道について

Le temple Tochio Kannondo et ses statues bouddhistes vieilles de plus de 300 ans.
Le sanctuaire Daibenzaiten et ses vieux masques et costumes de Nô donnés par l'acteur Kanze Juro Motomasa au XVème siècle.
Le temple Ryusenji et son eau qui chuchotte calmement à vos oreilles puis vous purifie le corps et l'esprit.
Amis lecteurs, vous aurez tout ça à Tenkawa.

Le sud de la région de Kumano est constitué de forêts profondes et de montagnes abruptes. Cette zone est à l'origine du shugendo. Pour ses adeptes, elle est similaire au ventre nourricier de la mère, notion que l'on retrouve dans le bouddhisme (garbhakosa en sanscrit). Tandis que le nord de cette région plus urbanisé (Nara puis Kyoto et Osaka) est considéré comme le dehors, le lieu de vie des hommes (vajradhatu). Entre les deux : Tenkawa, le lieu de naissance et de départ de la vie. En vous y rendant, vous vous en rendre compte car vous ressentirez l'énergie spirituelle qui règne en ces lieux. Le shinto, émanent de la nature et le shugendo, secte bouddhique qui respecte la nature nourricière, cohabitent à Tenkawa depuis des siècles. Ce village possède une réelle richesse culturelle et historique mais il est encore caché du monde. Il ne tient qu'à vous de le découvrir.

Tenkawa Daibenzaiten est l'un des plus grands sanctuaires du village. Il a été bâti sous l'empereur Tenmu (673-686). Kanze Juro Motomasa, célèbre acteur de nô d'il y a 600 ans, y a amené son art et c'est ainsi que ce sanctuaire a développé son propre style de nô. En visitant ce sanctuaire, vous y verrez une superbe scène de ce théâtre. Ce grand sanctuaire possède en outre de nombreux costumes et masques dont certains sont même déclarés trésors nationaux du Japon. La scène est encore utilisée de nos jours, pas seulement pour le nô mais aussi pour des cérémonies religieuses. Le tout est



Le sanctuaire "Tenkawa Daibenzaiten"
「天河大辨財天社」

300年前に彫られた栃尾観音堂の円空仏、

世阿弥元清の息子、観世十郎元雅が奉納した天河大辨財天の能面と能衣装、
体と魂を清められる龍泉寺の湧き水。

これらすべては奈良の奥地、天川村に存在しています。

修験道思想によると、熊野地区は胎藏界(母のお腹の中の守られた世界)、吉野地域は金剛界(生まれてからの厳しい実世界)と考えられています。天川村は、その中間点に位置し、ゼロ地点・誕生・出発の地であり、スピリチュアルなエネルギーにあふれた場所です。天川村には、自然を崇拝する神道や修験道、そして自然を大切にしている仏教が共生しています。そこに隠れているのは、知る人ぞ知る歴史と文化です。

その天川村に、天武天皇が造営したと伝えられている天河大辨財天社があります。約600年前に観世十郎元雅が天川村に能を伝えたとされており、以降、我流の能が発展しました。そのため、大辨財天社には重要文化財を含む数百点の衣装や能面が所蔵されているほか、能舞台までもがそろうています。能舞台は現在、演能だけでなく、ヒーリングなどの様々な目的で利用されているそうです。荘厳な雰囲気の中、その能舞台で演能を鑑賞し、「幽玄」という言葉の意味を体験してみたいと思いま



La scène de théâtre nô de Tenkawa
Daibenzaiten

天河大辨財天社の能舞台

entouré d'une enveloppe solennelle. Si vous avez la chance d'assister à une représentation de nô à Tenkawa, foncez-y ! Vous y verrez authenticité, profondeur, mystère et élégance.

Le temple Ryusenji est réputé dans le shugendo comme l'endroit où En no Gyo-ja a mis à jour une source d'eau jaillissant des rochers. Alors qu'il pensait que le seigneur Dragon Hachidai Ryuo (esprit de l'eau) habitait ce lieu, il a dédié cet endroit à la purification rituelle en y plongeant son corps et a inauguré cette pratique (mizu no gyo). C'est ainsi que ce temple est né. Le shugendo croit aussi que les montagnes sont divinités. Si les adeptes veulent poursuivre leurs périples au sein du mont Omine, ils doivent d'abord se purifier dans le bassin sortant de la bouche du dragon du temple Ryusenji.

Lorsque vous vous rendez à Tenkawa, vous aurez donc l'occasion de vous purifier par l'eau (mizu no gyo). Vous verrez un étang devant le hall principal du temple, son eau ruisselant à partir de la bouche d'une statue dragon posée sur un vieux rocher gris. Le visiteur se met en habit de cérémonie (haut et pantalon blanc en coton) puis le moine s'approche de lui pour commencer la procédure. Au début, l'apprenti reste devant le petit torii (portail permettant d'entrer l'autre monde) qu'il devra franchir pour entrer se baigner dans l'étang. Il fait face au dragon tout en joignant ses mains et en fermant ses yeux. Le moine entonne alors un soutra. Après cela, il tape deux fois des mains puis on se recommande aux esprits (« onegai shimasu »). Le visiteur entre ensuite dans cette eau glaciale mais revigoro-

した。

修験道で有名な龍泉寺は、役行者が岩から流れてくる湧き水を発見したことに始まります。そこに八大龍王尊をお祀りし、水行をしたのが龍泉寺の始まりとされています。修験道では、山そのものが神であると考えています。修験者たちは聖なる大峯山に修行に入る前に、龍の口の湧き水で体を清めなければなりません。

La purification par l'eau du temple Ryusenji 龍泉寺での水行



rante. Il est maintenant situé entre deux torii, l'eau jusqu'au dessus des genoux. Arrivé à ce stade, il faut réciter un nouveau soutra puis sortir de l'étang via le torii suivant. Le visiteur refait face au dragon, retape deux fois des mains puis s'incline pour le saluer en le remerciant de vive voix. Généralement, il faut réciter le soutra soi-même mais si l'on ne les connaît pas, un moine est là pour nous aider. Sans l'aide du moine, nous devons avouer que nous aurions eu du mal ! Merci. Plus qu'une purification corporelle, c'est aussi l'occasion de se purifier spirituellement et de se faire le plein de nature. C'est vraiment une activité que nous vous recommandons vivement ! Bien-sûr, il vous faudra demander l'aval des moines en premier lieu.

A Ryusenji, nous vous conseillons aussi de tâter de la Nade-ishi, une pierre spéciale. Elle est assez légère pour que le visiteur la porte : s'il y va doucement, elle lui semble légère. Mais s'il y va brusquement (ou s'il lui porte un coup), elle lui semblera plus lourde et dure. Cette sorte de pierre représente parfaitement le syncrétisme shinto, bouddhiste et shugendo. En toute chose (arbre, eau, pierre, etc.), il y a un esprit protecteur. En y prenant soin, cela facilite la compréhension de la vie qui en devient elle-même plus facile. Une belle leçon !

En visitant Tenkawa, vous ferez appel à tous vos sens. Venez donc visiter cet endroit d'une nature luxuriante et d'une histoire plus que millénaire !

Lukas S. Bonick



M. Masataka Kakisaka, responsable du sanctuaire Tenkawa Daibenzaiten
天河大辨財天社の柿坂匡孝氏

この度、私も修験者の水行を体験させていただきました。本堂前の池の銅色の岩にある竜の形の蛇口から湧き水が流れています。白装束に着替え、ご住職より水行の説明をしていただきました。ご住職にお経を読みあげていただいた後、二礼、合掌し、「お願いします」の声とともに池に入ります。門と岩の間中間点まで進み、水の中で正座、合掌し、目を閉じてお経を唱えます。唱え終わったら池から上がり、また二礼してから合掌して、「ありがとうございます」と呼び、水行が終わります。お経が分らない私に、今回はご住職より特別にお勧めをいただきました(通常はご住職による対応は無く、水行は各自で行うことになっています)。水行により、体のみならず魂まで清めることができ、自然により近づいたように感じました。もし機会があれば、挑戦してみてください。

また、龍泉寺には、なで石という石があります。手でなでると軽く持ち上げられますが、叩くと重くなります。これにより、修験道・仏教・神道においての八百万の神の概念(全てのものに命が宿っているという考え)を実感することができます。ものを大事にする日本の風習をより理解できたと思います。

深い歴史と自然が溢れている天川村を、五感で体験しに来ませんか？

ボニック ルーカス



“Zenitani Shokakudo”
「銭谷小角堂」

Le daranisuké est un médicament traditionnel et selon la tradition, chaque foyer de Nara doit au moins en posséder un paquet. Autrefois, un collègue m'en a passé une gélule alors que j'avais mal au ventre et je me suis sentie beaucoup mieux ! Depuis lors, cela me titillait. Aujourd'hui, alors que nous nous sommes rendus à Tenkawa, c'était l'occasion rêvée pour en savoir plus, comme ce village est à l'origine de ce médicament. En entrant dans la cité thermale Dorogawa, et alors que les établissements thermaux se suivent, de nombreuses affiches et pancartes invitent le visiteur à découvrir le daranisuké. Souvenir parfait après avoir visité le mont Omine puis la ville !

En vous enfonçant dans la cité thermale, vous verrez une fière bâtisse en bois. C'est la boutique du nom de « Zenitani Shokakudo ». L'une des nombreuses boutiques de Tenkawa qui produisent puis vendent ce médicament traditionnel. Dans cette boutique, vous trouverez ce médicament en vente sous divers emballages, mais pas que ! Vous aurez aussi divers et mignons produits dérivés amusants. Plus que de la vente de médecine traditionnelle, Zenitani Shokakudo a su s'adapter à la demande moderne et séduit les jeunes et moins jeunes. Cette boutique nous a séduit et nous espérons qu'il

Le daranisuké, médecine traditionnelle

修験道から誕生した身近な常備薬、陀羅尼助

en sera de même pour vous ! Nous nous sommes entretenus avec Takahiro Zenitani, digne héritier de cette famille vendeuse de daranisuké depuis 5 générations

Question : Pouvez-vous nous en dire plus sur l'origine et l'histoire du daranisuké ?

Réponse : Il y a environ 1300 ans, En no Gyoja (nom d'enfant : Shokaku) aurait fabriqué ce médicament et aurait pu ainsi soigner de nombreuses personnes. Il est aussi dit que ce médicament est à l'origine de la médecine japonaise. Selon la légende, les moines prenaient autrefois de ce médicament amer pour ne pas s'endormir lorsqu'ils devaient réciter de très longue et épuisantes prières bouddhiques (dharani). Ce médicament aidait donc pour la prière (suké : aide ⇒ daranisuké : aide pour le dharani). Autrefois, ce médicament amer était sous forme de tablette, donc difficile à boire. Mais désormais, et ce depuis plus d'une centaine d'années, nous le fabriquons en gélules et ce médicament est plus facile à ingurgiter.

Q : Comment est fabriqué le daranisuké, quels effets a ce médicament ?

R : Le daranisuké est fabriqué à partir d'écorce de Kihada (arbre de la famille des rutacées, lointain cousin de l'orange), que l'on broie, liquéfie puis durcit. Le kihada est depuis longtemps reconnu pour ses vertus anti-bactériennes et contre la constipation. Le daranisuké qui en découle, est efficace contre les maux de ventre, la diarrhée ou encore la gueule de bois ! De plus, comme il est naturel et que le processus de modification est réduit, il ne présente pas de danger pour l'organisme.

Q : Beaucoup d'apothicaires vendent ce médicament à Dorogawa. Y a-t-il des différences ?

R : Les daranisuké vendus dans toutes les boutiques du coin sont en fait fabriqués en commun et seul les packagings des différents apothicaires sont différents. Cependant, ceux vendus à Yoshinoyama (plus au sud du département de Nara) sont différents. Leur formule, leur dosage et la taille des grains ne sont pas les mêmes qu'à Dorogawa.



L'un des produits dérivés de la boutique
銭谷小角堂にあるキャラクターグッズ

Plus qu'un médicament, le daranisuké a un lien particulier avec le shugendo (secte bouddhique ascétique). Créé par En no Gyoja, fondateur de cette secte, il illustre les liens particuliers qu'avaient les anciens temples au Japon, voire en Asie. Les temples (ici bouddhistes) n'étaient pas seulement lieu de prières, ils étaient aussi lieu de vie pour les villageois ou citadins. A une époque où il n'y avait pas d'hôpitaux, ils servaient aussi d'établissement médicaux et fournissaient les médicaments, dont ce daranisuké. Tout un pan intéressant de l'histoire japonaise que nous vous proposons de découvrir, amis lecteurs. Si vous allez à Tenkawa, venez faire un saut chez les vendeurs de daranisuké !

Yoonjeong Moon

奈良の家庭では常備薬として必ず持っていると言われている陀羅尼助。以前、お腹をこわしたときに同僚が渡してくれた陀羅尼助を飲んですっかり治ったことがあり、私はこのお薬には前から興味を持っていました。今回は紅葉の美しい季節を迎え、天川村を訪れました。奈良市から車で3時間、風情のある洞川温泉街に入ると、立派な温泉旅館がずらりと並び、中、陀羅尼助という看板がたくさん目に入りました。大峯のお土産と言ったら陀羅尼助！ということが実感できました。奥に進むと温泉街の雰囲気を保ちながら立っている木造建物が見えました。天川村にはたくさんのお土産を扱うお店がありますが、今回はそのうちの軒、銭谷小角堂さんを訪ねました。店内には様々なパッケージに入った陀羅尼助とその陀羅尼助をモチーフにした可愛いキャラクター商品が置いてあります。薬の販売だけではなく、陀羅尼助をキャラクター化することにより、若い年代にも親しみやすくなっていました。ここで、5代に渡り、銭谷小角堂を営む銭谷さ

んから陀羅尼助についての話を伺うことができました。

Q : 陀羅尼助という名前はとても独特だと思いますが、その由来と歴史を教えてください。

A : 約1300年前、修験道を開いた役行者(小角)がこの薬を作り多くの人を助けたという伝承があり、和薬の元祖とも言われています。名前の由来は僧侶たちが長くて眠い陀羅尼経を唱える時、睡魔を防ぐためにこの苦い薬を口に含んだことから陀羅尼助という名前を付けたという説があります。大変苦い薬で、昔は板状のものでしたが、飲みやすい粒状になったのは、二三百数十年のことです。

Q : 陀羅尼助はどんな成分で作られ、どんな効果がありますか。

A : ミカンの仲間である黄柏(オウバク)を刻み、そのエキスを固めて作ります。黄柏は下痢止めと殺菌作用もあり、古くから伝わっている苦味薬です。陀羅尼助の効能は腹痛、下痢、二日酔いで、自然からとれる生薬ですので副作用も少なく、体に優しい薬です。

Q : 洞川地区には陀羅尼助を販売している店がたくさんありますが、店ごとに違いはありますか。

A : 洞川地区の陀羅尼助は共同で製造しているので中身は一緒で、パッケージだけお店ごとに違います。しかし、吉野山で作られている陀羅尼助は配合が少し違い、粒の大きさや服用数も異なります。

陀羅尼助は単なる薬を超え、その誕生から修験道という宗教と深い関係があり、古くから民間薬として愛用されてきた

ことはとても興味深いことでした。韓国では抑佛政策により、今も歴史の古いお寺は深い山の奥に位置しています。そのおかげで、昔のお寺は宗教施設だけではなく、薬用植物と民間治療の集約地になり、病院のなかった時代に民間の治療施設としても使われました。そんなことから韓国と同じ宗教と薬という関係の共通点を発見し、親しみを感じました。修行者たちの知恵と歴史が生み出した薬、陀羅尼助。天川村を訪れる際は、ぜひお土産としてどうぞ。

文 間 貞

M. Takahiro Zenitani, qui nous a accueillis dans sa boutique apothicaire familiale

銭谷小角堂の銭谷貴大氏



Dorogawa, la cité thermale

身も心も清められる洞川温泉



rapproche de la nature en y ajoutant une touche de bleu pâle. Tout près de là, les thermes.

isme des thermes de Dorogawa et du mont Ominé. Nous avons discuté au sujet de cette cité thermale avec Yoshiharu Hanatani, président de cet office du tourisme.

En sortant du temple Ryusenji, vous devez franchir le pont rouge de Kannon puis vous arriverez à la cité thermale de Dorogawa. Essayez ces thermes, c'est les adopter. Sentir l'énergie de la montagne et de la nature, s'en emparer et profiter de la beauté des lieux, tout cela en ajoutant l'eau chaude apaisante, rien de mieux pour se relaxer !

Q : Les thermes sont très présents au Japon. Cela peut même être un point fort du Japon envers ses touristes étrangers. Qu'en est-il de la cité thermale de Dorogawa ? Qu'est-ce qui fait qu'elle est unique ?

R : La particularité de notre cité thermale, c'est le temps qui y règne. En effet, ici, on est à 820m au-dessus du niveau de la mer. Les feuilles d'automne apparaissent rapidement tandis que les fleurs de cerisiers sont tardives et que l'été est plutôt frais. De plus, alors que Nara était la première capitale du Japon, ici, c'est le lieu de naissance du Japon religieux. Les touristes peuvent encore aujourd'hui en ressentir l'atmosphère. La meilleure façon d'apprécier nos sources chaudes, c'est d'aller se ressourcer et de contempler les esprits de

Le mont Ominé est propice à la méditation. Les feuilles d'érable resplendissent en automne et la rivière nous

rapporte de la nature, s'en emparer et profiter de la beauté des lieux, tout cela en ajoutant l'eau chaude apaisante, rien de mieux pour se relaxer !

Pour mieux pouvoir vous guider, nous nous sommes rendus à l'office du tour-

“Hanaya Tokubei”, auberge traditionnelle japonaise
旅館「花屋徳兵衛」



M. Yoshiharu Hanatani, président de l'office du tourisme des thermes de Dorogawa et du mont Ominé (en haut, à droite)
大峯山洞川温泉観光協会の花谷芳春会長(写真右上)



神秘的で息をのむ美しい紅葉に染まれた大峯山、澄き通った山上川のほとり。龍泉寺から山上川に架かる赤い観音橋を渡れば、洞川温泉郷に入ります。中国の詩人劉禹錫の「山は高きに在らず、仙有らば則ち名あり。水は深きに在らず、竜有らば則ち霊あり」という絶句はまさに洞川温泉の環境が描かれていると言えるでしょう。洞川温泉は、世界に目を向けても出会うことのない貴重な環境に恵まれています。

私たちは大峯山洞川温泉観光協会の花谷芳春会長に洞川温泉街についてお話を伺いました。

Q : 日本は温泉大国と呼ばれますが、温泉は外国人観光客にとっては日本旅行の大きな魅力の一つになります。ほかの温泉地にはない洞川温泉街の魅力は何だと思

ますか。

A : 洞川温泉地区が他の温泉地と違うところは気候です。標高が820m程度なので、紅葉は早く始まり、桜は遅く見られ、夏は涼しいです。そして、洞川温泉は日本で初めての都がおかれた奈良県にあり、日本の原点の宗教とも言われている真言宗の発祥地でもあります。山の崇拝、自然の崇拝に興味がある方は、是非登山後に洞川温泉で体を癒してください。

Q : 洞川温泉は修験道や山の崇拝と強く結びついて、魅力たっぷりですね。では、洞川旅行のベストシーズンはいつ頃でしょうか。

A : ベストシーズンはやはり夏場です。ですが、洞川では紅葉やみたらいい溪谷が秋の見どころなので、最近

風景を楽しむ観光客も増えてきました。そのほかにも、毎年名水まつり(4月)、行者まつり(8月)、もみじまつり(11月)が行われています。行者まつりは毎年8月2日～3日に行われ、100年ほどの歴史があります。祭りは大峯山開祖・役行者が伊豆大島に流されて、のちに冤罪だとわかり戻されてきたことを祝うことが始まりです。温泉街は浴衣姿の温泉客、修行者や参詣者などで賑わい、いわば大峯山の祭として大変有名です。

Q : オールシーズン楽しめますね。最後に洞川温泉のグルメを紹介して頂きたいです。

A : 会席料理はもちろん、大峯猪を使ったぼたん鍋が好評です。腕のいい料理人が厳選した肉を使用しており、おススメです。



Le centre “Dorogawa Onsen”
「洞川温泉センター」

la nature et de la montagne puis de se rendre dans nos thermes.

Q : Quelle est la meilleure période de l'année pour y aller ?

R : Les sources chaudes sont plus relaxantes en été. Mais les touristes sont plus nombreux en automne pour mieux apprécier les lieux (feuilles d'érable et vallée Mitarai). Au delà de ça, l'année est parcemée de fêtes : le festival des sources chaudes (meisui matsuri) en avril, le festival de Gyoja en août, le festival des feuilles d'automne en novembre. Pour revenir au festival de Gyoja, il a lieu tous les ans les 2 et 3 août et il a près de cent ans d'histoire. Alors qu'En no Gyoja habitait ici, il fut accusé à tort de sorcellerie puis exilé sur l'île d'Izu Oshima, à l'est et quelque peu éloigné de Honshu (plus grande île principale du Japon). Alors que son innocence fut prouvée, il a pu revenir. Par ce festival très célèbre, on célèbre son retour. La cité thermale est bondée de touristes en yukata (kimono d'été). C'est aussi une période propice pour visiter notre village.

Q : On peut donc visiter Tenkawa toute l'année. A propos, Qu'est-ce que vous conseillerez aux touristes étrangers arrêtés à Tenkawa, en terme de nourriture ?

R : Je conseille à vos lecteurs le « kaiseki ryori » (nourriture japonaise ou de nombreux mets simples, légers et raffinés servis à tour de rôle). Il y a aussi notre pot au feu à base de sanglier d'Ominé. La viande de ce pot au feu est sévèrement sélectionnée et ça ne peut que plaire aux touristes étrangers !

Une information qui pourra rassurer nos lecteurs les plus prudes : au Japon, il n'y a (presque) plus de bains mixtes dans les thermes. La mixité a disparu lors de l'ère Meiji (1868-1912). Vous pourrez donc entrer vous baigner et vous relaxer sans crainte d'être surpris par l'autre sexe.

Après avoir discuté avec notre hôte, nous avons pu visiter son auberge traditionnelle "Hanaya Tokubei". Des bains que l'on peut utiliser en famille, des bains chauds extérieurs qui permettent aux voyageurs de contempler les montagnes en toutes saisons... L'auberge nous invite aussi à un petit voyage par le biais de sa galerie de pho-

tos « Shugen no yado » qui représente la cité thermale. L'on y comprend d'autant mieux cette atmosphère reposante, relaxante et joyeuse. Nous avons visité « Hanaya Tokubei » mais bien-sûr, la cité thermale Dorogawa regorge de nombreuses autres auberges et nous vous les conseillons toutes sans exception !

Nous avons aussi testé pour vous le centre thermal de Dorogawa. Au Japon, la pratique des bains publics est différentes des autres pays. Alors que les bains sont mixtes en France, l'on y entre en maillot de bain. Au Japon, les bains sont séparés et l'on y entre nu. L'on est surpris la première fois ! Et avant d'entrer dans les bains chauds, il faut prendre une douche. La seule chose que l'on peut amener à l'intérieur du bain, c'est sa serviette de bain... et encore, sur sa tête ! C'est aussi un pan de la culture japonaise. Parfait pour les touristes étrangers que vous êtes. Dans le centre thermal de Dorogawa, il y a différents bains, tant intérieurs qu'extérieurs. L'on se réchauffe dans les bains intérieurs puis l'on peut sortir. En automne, le temps est bien-sûr très frais, mais le bain nous réchauffe. Ajouter cela à la vue de la montagne et ce sera pour vous une expérience inoubliable ! Les ions négatifs sont aussi de la partie et permettront à votre peau de se revigorer.

Le soir, vous pourrez vous ballader dans la cité. La rue Gyoja-san, éclairé à la lanterne, procure une certaine atmosphère de début du XXème siècle et cela ajoute une touche bien pittoresque. Vous pourrez là encore voyager vers le passé et vous remémorer (ou vous imaginer) les vieux films japonais du début voire milieu du siècle dernier.

Amis lecteurs, lorsque vous visitez le Japon, la case « onsen », thermes, est obligatoire ! Après cette expérience forte qu'est le mizu no gyo au temple Ryusenji, nous ne pouvons que vous conseiller de vous arrêter vous réchauffer à la cité thermale de Dorogawa !

Façon d'entrer dans les bains thermaux japonais :

- se doucher puis entrer dans le bain
- maillot de bain interdit
- porter la serviette de bain sur sa tête sans l'introduire dans l'eau
- se relaxer !
- attacher ses cheveux s'ils sont longs
- discussions déconseillées afin de ne pas gêner son entourage
- attention à ne pas prendre de coup de chaud en restant trop longtemps dans le bain

Min Zhang



そのほか、日本の男女混浴についても聞きました。現在は男女混浴はあまり残っていないとのことでした。史料によると、明治政府は風紀が乱れるなどの理由で男湯と女湯を別にしたということです。外国人は安心して現代の日本温泉を体験できますね。

また、今回お話を伺った花谷さんの旅館、花屋徳兵衛さんを見せていただきました。外観も素敵な温泉旅館は、中に入ってみるとより一層の趣が味わえます。家族で利用できる混浴風呂や、四季折々の山を見ながら入る露天風呂もさることながら、「修験の宿」フォトギャラリーが洞川地域の温泉旅館ならではの風情を醸し出しています。今回は花屋徳兵衛さんを見せていただきましたが、洞川温泉地区には、このほかにも沢山の素敵な温泉旅館があります。

その後、私たちは日帰り入浴施設の洞川温泉センターで温泉を体験しました。6年前初めて日本に来た時の温泉初体験を思い出しました。中国では水着を着たまま露天で男女混浴ですが、日本では男湯と女湯に分かれており、裸で入っているその光景にびっくりしました。それに、温泉に入る前はシャワーで体をきれいに洗って、湯船に持っているのはせいぜいタオルくらいですが、そのタオルも頭の上に懸けるなどして湯船に入れてはいけないルールがあります。いずれも日本ならではのやり方ですね。洞川温泉センターでは、内湯と露天風呂両方があります。お湯の温度もそれぞれ違いました。内湯で体を温めてから、露天風呂に移動しました。外は寒いですが、それでも体の芯からぼかぼかしてきて、奥山を眺めながら至福の体験を満喫しました。洞川温泉は弱アルカリ性単純泉で、入浴後はお肌がすべすべになりました！

夜には、提灯の灯りで昭和の風情を漂わせる「行者さん通り」を散策して、タイムスリップした気分を味わえます。日本情緒、昭和のレトロな雰囲気を感じられる場所だと思います。「浮雲」のような昭和時代の映画で良く出てきたシーンを連想しました。タイムスリップ体験が好きな方におすすです。

日本を旅行したい方は、是非日本の温泉を体験してください。龍泉寺で水垢離(神仏に祈願する前に水を浴び

て身を清め、穢れをとり除いて心身を清淨にすること)の後、洞川温泉に入って体を温め、心身ともに癒やされる、このような至福のひとつを過ごしてはいかがでしょうか。

日本での温泉入浴マナーとコツ:

- 体を洗ってから浴槽へ入る
- 水着は着用できない
- タオルは湯船に入れない
- 浴槽内で体をこすらない
- 髪をまとめて入浴する
- 会話は周りの迷惑にならないようにする
- 一気に長湯せず休憩や給水を挟む

張 敏

Après une longue journée d'efforts, repos mérité dans la chambre de l'auberge japonaise 日本の伝統的な宿泊施設「旅館」で一日の疲れを癒しましょう！



Edito



Bonjour,

Nous sommes les Coordinateurs des Relations Internationales du département de Nara (Division des Relations Internationales). Nous visons à approfondir les relations entre le département de Nara et les pays étrangers. Nous le faisons tous les jours via des échanges internationaux, par exemple via de la promotion touristique.

« Na no Ra » a été pensé pour que des non-Japonais présentent Nara à d'autres non-Japonais. Pour ce faire, nous prenons comme matériaux les endroits originaux et/ou à voir de notre département. Nous espérons que de par ce magazine, Nara vous intéressera et que par nos conseils de non-Japonais, vous vous en servirez pour une visite prochaine.

Aujourd'hui, nous nous sommes rendus au village de Tenkawa où la nature est préservée et où la vieille ville sent bon le Japon médiéval. Nous recommandons Tenkawa à tous les touristes étrangers qui ne représentent le Japon que par des agglomérations immenses style Tokyo ou Osaka. Ca vaut le détour !

Nous voudrions remercier l'office du tourisme du mont Ominé et des sources chaudes de Dorogawa, le centre des sources chaudes de Dorogawa, les apothicaires de daranisuké, le sanctuaire shinto Daibenzaiten, le temple bouddhiste Ryusenji, l'association des sources chaudes de Tenkawa, la mairie ainsi que les habitants de Tenkawa qui nous ont beaucoup aidés lors de notre visite. Merci encore !

Les Coordinateurs des Relations Internationales du département de Nara :
Yoonjeong Moon, Mouloud Hammadou, Min Zhang et Lukas S. Bonick

L'éditeur :
Département de Nara, Bureau du Gouverneur, Division des Relations Internationales

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des remarques ou des questions :
Naraken Chijikoshitsu Kokusaika, 630-8501 Nara-shi, Noborioji-cho 30, Japon
iad-nara@mahoroba.ne.jp

第3号の発刊にあたって

こんにちは。

私たちは奈良県国際課に勤務する国際交流員です。奈良県と海外の交流を深める架け橋となるべく、日々、国際交流・観光業務に従事しています。

『奈の良』は、外国人の目線で見えた奈良県の魅力を外国の方に紹介するため、奈良県で見つけた魅力やおもしろいことについて自ら取材し、記事にしたものです。本誌が奈良県に興味を持つきっかけや外国人が感じる奈良の魅力を発掘する手がかりとなれば嬉しく思います。

今回は天川村を取材しました。手つかずの美しい自然と村の歴史的な街並みの共生がとても印象的で感動しました。日本イコール都会というイメージを持つ外国人にはとても新鮮に映る場所だと感じました。

最後に、今回の取材にあたり御協力いただいた、大峯山洞川温泉観光協会、銭谷小角堂、天河大辨財天社、天川村役場、洞川温泉センター、龍泉寺をはじめ、天川村の方々にお礼申し上げます。

奈良県国際交流員一同：
文 閔貞(ムン ユンジョン)、ハマドゥ ムルードゥ、
張 敏(チョウ ピン)、ボニック ルーカス

発行元情報について：
『奈の良』発行元：奈良県知事公室国際課

本誌に関するご意見、ご質問はこちらまで：
〒630-8501 奈良市登大路町30
奈良県知事公室国際課
iad-nara@mahoroba.ne.jp

