

## 天理市・樱井市



- “总本山长谷寺” ..... 1 p
- 抹茶餐饮店“长谷路” .... 1-2 p
- 天理站前广场CoFuFun .... 2 p
- “山边之道” ..... 3-4 p



## 边漫步边发掘町之魅力的旅行

位于奈良县北部的天理市和樱井市，从奈良市乘坐电车前往十分方便，从天理车站出来就可步行前往，所以推荐对徒步及町内古建感兴趣的朋友一定去看看。这次准备前往位于樱井市、一年四季鲜花盛开久负盛名的“长谷寺”，以及历史悠久、被指定为“物质文化遗产”的古建筑，同时向您介绍抹茶餐饮店“长谷路”、还有天理车站前复合型设施“天理站前广场 CoFuFun”。

## 总本山长谷寺

### —一年四季尽享鲜花的“花之御寺”

历史悠久的“总本山长谷寺”是一座一年四季鲜花盛开的寺庙，一年到头参拜者、赏花者络绎不绝。从近铁长谷寺站步行约 20 分钟可到达长谷寺参拜道。眼前是满开的樱花。染满春色的长谷寺使人感受到春天清爽的同时，也使人感受到越过严寒后的强烈生命力。

长谷寺被称为“花之御寺”，一年四季尽赏鲜花。春有樱花、牡丹、石楠花，夏有紫阳花，秋有红叶，从冬到春有梅花及山茶花，寺庙境内四季鲜花不断，可欣赏到四季各异的风光。听说牡丹盛开的季节更是游客络绎不绝。



长谷寺红叶季节也非常漂亮。我是春天去采访的没看到红叶，于是借用奈良县法国国际交流员 Véronique Denis-Laroque 去年秋天拍摄的长谷寺照片。浓浓红叶覆盖下的寺庙更添神秘气氛。我本人还没欣赏过长谷寺红叶美景，但通过照片也能深深感受到那份美丽。今年我一定要亲自去欣赏长谷寺秋季美景。推荐您去赏赏花、去历史悠久的奈良县内古町散散步吧。

- 地址：〒 633-0112 奈良县樱井市初濑 731-1
- 交通：从近铁“长谷寺”站步行 20 分钟
- 官网：总本山长谷寺

<https://www.hasedera.or.jp/> 二维码→



Véronique Denis-Laroque拍摄的长谷寺红叶照片

## 抹茶餐饮店“长谷路”

### —历史悠久“物质文化遗产”中的悠闲时光

长谷寺参拜道上有几家店，坐落于历史悠久的“物质文化遗产”古建内。抹茶餐饮店“长谷路”就是其中之一。在大门口就可以感受到古建悠久的历史，进大门后眼前出现了一座漂亮的庭院。

这次接待我们的是爽快接受采访的山田先生，他介绍说这是于大正（1912 年 - 1926 年）中期建成的民居。其中“本屋”、“茶屋”、“门”、“离家”、“土藏”、“塀（念 píng，墙壁的意思）”等六处于 2000 年被文化厅指定为“物质文化遗产”。



据山田先生介绍，以前这附近有有条名叫“伊势街道”的路，一直延伸到伊势神宫参拜道上。这是很多外地参拜者的必经之地因而十分热闹。江户时代（1603年 - 1868年）末期这里开始做卖酒生意，至今仍有一家紧邻长谷路的“山田卖酒店”在销售长谷产的本地酒。

造访“花之御寺长谷寺”的游客很多，店里也一年四季游客不断。尤其是牡丹盛开的春天及开满红叶的秋天，不仅本地游客，中国、韩国的旅游团及欧美自由行等大批外国游客都蜂拥而至。

我们还参观了二楼的“版画土藏馆”（单独售票），里面展示着栋方志功、谷中安规、大野隆司、宫崎敬介等著名日本版画家的作品和书。我看到纤细无比、巧夺天工的版画作品大吃一惊，真是不可思议啊。听说也有专程为观看二楼展览而来的客人，看来这里不仅仅可以享用美茶、美食，也可以“享用”展览啊。

一边采访山田先生，一边在平常没机会体验的昔日和式民居中悠然品尝抹茶和点心。这里不仅提供了一个旅途中过渡性休憩空间，而且边品尝抹茶边观赏庭院风景的体验成就了一段奢侈而特别的旅行。

强烈推荐您沿着长谷寺参拜道漫步，并在历史悠久的古建民居中渡过一段悠闲时光。

- 地址：〒633-0112 奈良县樱井市初濑 857
- 交通：从近铁大阪线“长谷寺”站步行 10 分钟
- 营业时间：11:00 ~ 16:00
- 休息日：不确定（4月/5月/11月不休息）
- 官网：抹茶餐饮店“长谷路”  
<http://www5.kcn.ne.jp/~haseji21/>  
<http://nara-haseji.com/> 二维码→



## 天理站前广场 CoFuFun 一车站前的热闹空间

复合设施天理车站前广场 CoFuFun 位于离 JR 和近铁天理车站很近的地方。经过天理车站时可顺便随意去转转。

CoFuFun 是以天理市众多古坟为原型设计的创意广场。露天舞台上举办各种艺术演出、企业宣传、文化传播等活动，室内设有英语教室、瑜伽教室、手工活动室，站前广场还有销售天理市和奈良县产新鲜蔬菜及特产的“CoFuFun Marché”等，通过这些活动加深了人与人之间的交流，提高了町（相当于镇或街道）的活跃程度，为町注入了活力。

在天理站前广场 CoFuFun 写着“インフォ & ラウンジコフン”的地方，设有观光咨询处和“Park Side Kitchen”、自行车销售修理店、自行车租赁店。在观光咨询处您可以随意浏览奈良旅游方面的宣传册及书籍等。

采访的时候正好是中午，所以品尝了“Park Side Kitchen”的午餐套餐。奈良县产蔬菜做的午餐健康而美味。



“CoFuFun shop”销售各种东西。有筷子等木制品、袜子，古坟造型的冰箱贴、小玩意，天理市和奈良县产的蔬菜及茶叶等，自产自销天理市和奈良县的商品。据店家介绍，店内销售的天理市产商品约 70%，部分货源来自天理市内的残障者学校及福利院。外国游客一般对筷子和十二生肖造型小摆件很感兴趣。看来回家路上逛一下“CoFuFun shop”买点纪念品是个不错的选择。

请在旅行途中路过车站时，抽空逛逛这个热闹的地方吧。



- 地址：〒632-0016 奈良县天理市川原城町 803
- 交通：JR 及近铁天理车站出口附近 二维码→
- 官网：天理车站前广场 CoFuFun



<https://cofufun.com/>



# 与《万叶集》的歌人们 一同追溯“山边之道”

去年持续30年的“平成时代”宣告结束，5月份揭开了“令和时代”的序幕。令和年号是“美丽的调和”之意（法语：Belle Harmonie），出自日本最古老的歌集《万叶集》。

《万叶集》是日本最古老的歌集，收录了从天皇到庶民各色人等吟诵的约4500余首歌。

全集20卷的《万叶集》是从什么年代开始集卷的无从知悉，但据传于奈良时代（710年-794年）末期完成的。奈良当时是日本的首都，被称为“大和(yamato)”。《万叶集》中吟诵奈良地名的歌约有900首，奈良可谓《万叶集》的故乡吧。

这次沿着《万叶集》中歌人们吟诵的奈良美丽自然之路，向您介绍《万叶集》中3首和歌的同时，也简单地聊聊日本历史吧。

“山边之道”是从樱井市到奈良市的日本最古老道路，遗留下来很多地名就是《万叶集》中歌人们吟诵之地。这次的徒步路线是从樱井市到天理市全长约16公里路线，其中位于樱井市内的三轮山是传说中神灵栖息之地。



从樱井站步行15分钟，即来到立着“佛教传来之地”石碑的“山边之道”的出发地。这里曾是古代往来与大阪间船只的终点，还是古代几条古路的交叉点，十分繁华。

海外使节也曾从这里来来往往。据传6世纪百济（今朝鲜半岛一部分）圣明王的使节敬献佛像及经书等、给信仰神灵的日本带来了佛教。

从这里向大神神社方向前进。大神神社是日本最古老的神社之一，是敬奉三轮山之神一大物主大神的神社。人们将大物主大神作为建国之神而崇敬信仰，据传说第10代天皇崇神天皇（生卒年不详）时期曾疫病流行，是大物主大神祛除了疫病。

大神神社不设本殿，以敬奉三轮山的花草树木及自然万物而作为敬奉神灵本身。这是此神社的一大特点。神社境内有可以将奈良盆地一览无余的“大美和之杜”。尤其



眺望奈良盆地

樱花盛开之际是人气观赏地。从展望台上，可以眺望“大和三山”。“大和三山”是指现名天香久山、畝傍山、耳成山的三座山。这三座山被指定为国家著名风景地，《万叶集》中也曾吟诵过。

「かぐ山は畝火(うねび)ををしと耳梨(みみなし)と相(あひ)あらずひき神代(かみよ)よりかくにあるらしいにしへもしかにあれこそうつせみもつまをあらそふらしき」

《万叶集》第1卷-13首

大意“香具山爱恋母傍山，耳梨山来相争。无论神代还是庶民，自古以来都争妻啊。”

这首和歌是日本第38代天皇天智天皇（626年～671年）所作。天智天皇与其弟天武天皇为同一个恋人额田王（她有13首歌收录于《万叶集》中）而互相争斗，有人解读这首和歌就是咏诵这段三角关系的。天智天皇作为大化改新做出贡献的人物而广为人知，大化改新变革后建立了以天皇为中心的政治制度。大化也是日本最初的年号。

「うま酒 三輪の山 あおによし 奈良の山の山の間にかくするまでに 道のくまいつもるまでに つばらにも 見つつ行かむをしはしばも 見さけむ山を 情なく 雲の かくさふべしや」

《万叶集》第1卷-17首

大意“离别之际透过重重山峦，多想不断眺望三轮山，可恨无情的白云啊，遮挡了我留恋的山。”



额田王歌碑

离开大神神社，步入充满田园风情的道路后就能见到刻着这首和歌的歌碑。天智天皇于667年从飞鸟（现奈良县明日香村）迁都至近江大津宫（现滋贺县大津市）。据说这首和歌是额田王迁往新都时吟诵的。

从歌碑位置眺望呈圆锥形的三轮山十分漂亮，能感受到额田王对奈良的无限留恋之情，以及古代人们对三轮山持有的深深爱意。

从额田王歌碑再走一小段路就到了崇神天皇陵。被水池环绕看似天然山丘的地方其实是古墓。这种大规模的古墓被称为古坟（皇族古坟则被称为陵墓）。修建大规模古坟或陵墓需要大量人力，因而古坟或陵墓的修建折射出当时社会具有集中管理大量劳力的能力。此古坟周围放置了很多埴轮（haniwa），古坟中陪葬了许多武器及装饰品等工艺品，由此可见此古坟是当时很有势力人物的古坟或陵墓。“古坟时代”时间跨度从出现崇神天皇陵那种前方后圆坟的公元3世纪后期延续到7世纪末，被认为是以首长为中心的政治权力建立时代。崇神天皇统一了原始国家，确立了以三轮山麓为根据地的政权。人们并不确定史上是否真有其人，但他被认为是推进日本国内统治的人物。崇神天皇和神武天皇都被敬称为“建国之始天皇”。甚至还有一种说法，认为崇神天皇是日本实际存在的第1代天皇。

沿着田园风景继续前行，就看到了最后向大家介绍的歌碑。

「衾道（ふすまぢ）を 引手（ひきて）の山（やま）に 妹（いも）を置きて山路（やまぢ）を行（い）けば 生（い）けりともなし」

《万叶集》第2卷-212首

大意“将爱妻葬于引手山后，踉踉跄跄沿着山路归来，一路上感觉自己已非生还。”



崇神天皇陵

这是柿本人麻吕（生年不详~卒708年？）写的一首短歌（\*）。柿本人麻吕作为日本文学代表性的歌人而被称为“歌圣”。《万叶集》中收录了他创作的大约450首歌。传说这首短歌是他将妻子埋葬于引手山之后，沿着“山边之道”归去时创作的。超越时代和国界，悼念所爱之人离世的心情全世界都是相通的。读到这首短歌，即便现代外国人也能深深感受到日本古代歌人柿本人麻吕的悲

伤。离开这座歌碑，继续沿着山路行进，就渐渐到达徒步的终点—石上神宫了。

我进入石上神宫后发现了几只散养的好看的鸡，不禁大吃一惊。原来在石上神宫，鸡是作为“神的使者”而被敬奉着。而且石上神宫还作为日本最古老的神社之一，收藏着重要的历史遗物。



柿本人麻吕歌碑

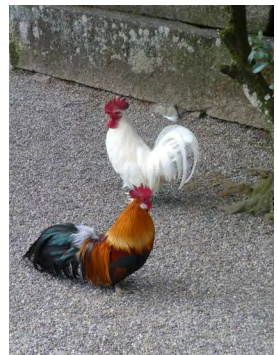
“山边之道”其实一直延续到奈良市内。但我的行程是回到天理车站就结束，从石上神宫步行到天理车站需要约30分钟。途中路过天理教的教会总部。我向大家推荐去车站途中的“天理本通商店街”，那里有餐饮店、蔬菜水果店、礼品店等。还有天理教方面的专营店，是很有意思的商店街。

奈良被称为日本文化的起点。徒步于“山边之道”，既造访了日本最古老的神社，也欣赏了古代遗迹。而且，一边吟诵《万叶集》中美好的和歌，一边欣赏从古至今未曾改变过的奈良美丽的自然风光，更能近距离感受到古代人们的喜怒哀乐。路上还设有无人看管的销售点，可自取蔬菜或水果留下钱后继续前行。我这次路过的时候，买了不少菜花、橘子类水果，背包变得沉甸甸很疲惫。但回家后品尝着购买的新鲜美味的蔬菜和水果，便完全忘却了徒步的疲劳。

喜欢日本历史及文化的朋友们，建议您去“山边之道”徒步路走走吧。

### \* 短歌

和歌的一种。采用五/七/五/七/七的五句体使用31个字的歌体。



Véronique Denis-Laroque

# 何谓《奈之良》

な ら

大家好！

我们是奈良县国际课的国际交流员，作为加强国际交流的桥梁，为促进奈良县与海外交流事业而尽绵薄之力。

何谓《奈之良》？我们以外国人的视角，旨在将我们眼中的奈良魅力展现给本县县民及海外游客。我们自行采访、撰写奈良县之乐闻趣事，将我们发现的奈良魅力展现给大家。本杂志若能够激发您对奈良县的兴趣，或成为您感受奈良县魅力的契机，我们将不胜荣幸。



## 作者感言

南 炫汀（照片左为作者）

从车站出发前往天理市和樱井市交通十分便利。尤其对于“参拜长谷寺”及准备徒步“山边之道”的观光客来说，交通便利也是一大魅力吧。

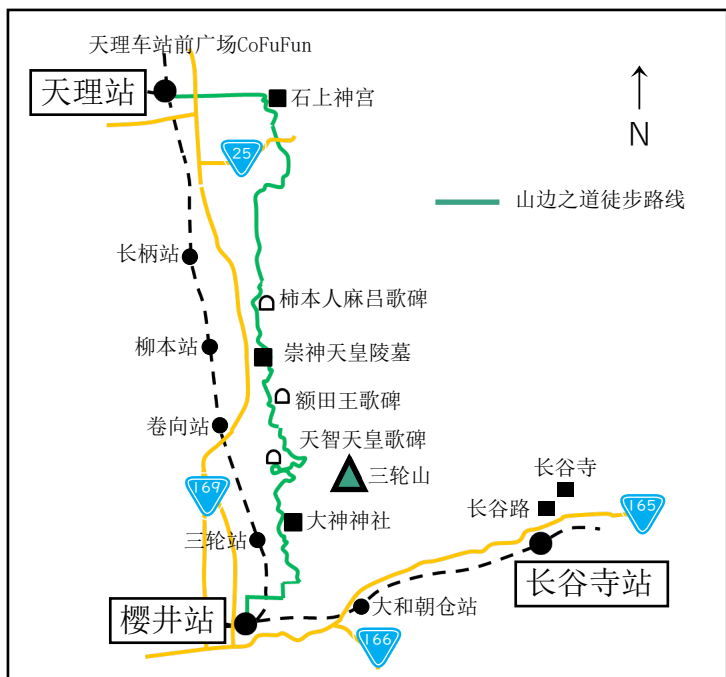
随着四季变化而赏赏花，在特别的空间饮饮茶，悠闲地渡过一段时光该多好啊。请一定来领略一下这里的魅力。

Véronique Denis-Laroque（照片右为作者）

“山边之道”沿途有很多古老的神社及寺庙，可以饱览从古至今恒古不变的自然风光。通过徒步，既深入了解了日本历史，也尽情欣赏了奈良县美丽风光，十分感动。

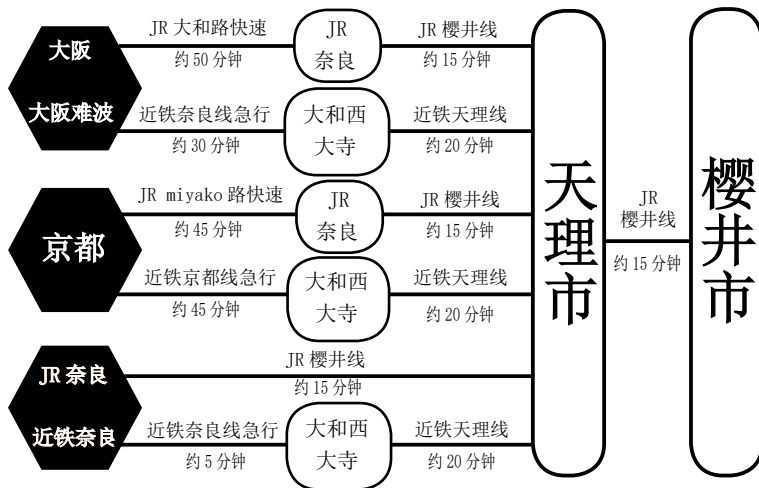
有意深度理解日本文化的朋友们，建议您一定去走走樱井市到天理市这段“山边之道”徒步路吧。

## 天理市 / 樱井市



## 交通指南

### 电车路线



### 驾车路线

从大阪出发：约 1 小时  
从京都出发：约 1 小时 20 分钟  
从奈良出发：约 30 分钟

从天理出发到樱井：约 20 分钟

## 编后语：

谨向为本次采访提供协助的以下单位表示感谢：  
“总本山长谷寺”、抹茶餐饮店“长谷路”、天理市政府、天理市及樱井市相关人士。

《奈之良》

发行方：奈良县知事办公室国际课

发行日期：2020 年 6 月

若对本刊有任何意见或疑问，敬请联系以下单位：

〒 630-8501 奈良市登大路町 30 号 奈良县知事办公室国际课

TEL：0742-27-8477

FAX：0742-22-1260