

奈良县东部之秘宝：东行一步天地宽

Nano Ra

奈之良

第八期 宇陀市

- 跟随《奈之良》去徒步：鸟见山
- 室生寺·大野寺巡礼
- 开心玩乐中学到“生命的重要”
—记奈良县营宇陀·动物乐园
- 未知的宇陀魅力：采访移居宇陀的法国人

跟随《奈之良》去徒步

宇陀鸟见山

60 ~ 90 分钟

登顶成功

新手也可乐在其中

徒步路线

• 这次向大家介绍从宇陀市榛原站到鸟见山公园的徒步路线。宇陀市不仅风景优美，而且交通便利。从近铁大和八木站乘坐急行电车 15 分钟即可抵达此处。宇陀市有很多适合新手的徒步路线。在榛原站附近的观光咨询处，准备了很多旅游手册及地图等，上路前取上些资料、十分有用。

• 本线路不仅沿途有美丽的红叶和杜鹃等各色花卉，途中还会经过很多遗址古迹，十分适合历史爱好者。让我们现在就出发吧。

• 从榛原站出发首先来到旧伊势街道。从江户时代开始，参拜伊势神社已蔚然成风，宇陀地区为旅人提供住宿的旧式旅馆十分盛行。其中一处，是从榛原站步行十分钟即可到达的“Aburaya”日式旅馆。旅馆是木造结构，格子窗面朝街道，200 年前的风采犹存。旅馆里还用心保存了许多其创业时期的资料，尽量维护原貌，仿佛时光停滞，重回江户时代……





• 徐徐北上，道路渐行渐陡。眼前出现广阔的水田，一派田园风光，满眼是种类各异的花卉。据宇陀市商工观光课负责人介绍，鸟见山一年四季风光无限，道边野生的郁金香和杜鹃花自成一一道靓丽的风景。杜鹃花尤因种类多、花色美而闻名遐迩，每年五月份都会特地举办杜鹃花会。

• 接近山顶处，即到达鸟见山公园。树木环绕的水池之畔，有座神社静静地伫立于此，游人尽可享受悠闲时光。附近还有记载此为神武天皇圣迹的纪念碑、及刻有首首和歌的歌碑，至今都能感受到鸟见山的深厚历史。

• 拾阶而上，终于抵达山顶。这里是一览宇陀乃至整个大和盆地之全貌的绝佳所在。登顶时刻的成就感无以言表。特别推荐某个秋天来此登顶一览秋色。行至此处，有意继续前行的徒步爱好者，可以挑战从山顶前往樱井市的长谷寺及山部赤人墓的徒步路线。

• 鸟见山的徒步路线只需 60-90 分钟即可登顶，新手也尽可放心尝试。路过宇陀的时候请务必来挑战一下吧。

小知识：

据“日本书纪”（注：著于八世纪的日本史籍）记载，鸟见山曾是神武天皇祭祀之地，其地名来源于此。我们由此亦能感受到历史之回音。

室生寺・大野寺巡礼

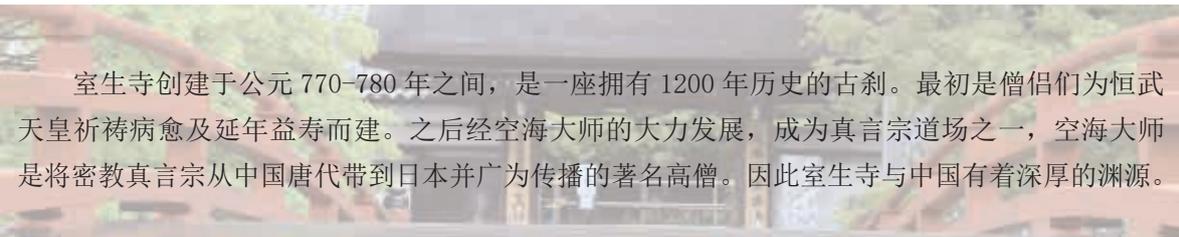
(一) 姑且来之，试着放下一室生寺



石柱



伽蓝配置图（室生寺提供）



室生寺创建于公元 770-780 年之间，是一座拥有 1200 年历史的古刹。最初是僧侣们为恒武天皇祈祷病愈及延年益寿而建。之后经空海大师的大力发展，成为真言宗道场之一，空海大师是将密教真言宗从中国唐代带到日本并广为传播的著名高僧。因此室生寺与中国有着深厚的渊源。



盃坂（飞鸟园提供）

跨过朱红色的太鼓桥，室生寺山门前石柱上赫然刻着“女人高野室生寺”几个大字。高野山金刚峰寺是日本声名远播的真言宗佛教圣地，但严格禁止女性进山参拜；而同宗同派的室生寺却广泛地对女性开放，十分平易近人，故而得此别称。

穿过仁王门，就是著名的盃坂。每到五月上旬，盃坂两侧开满美丽的石楠花。从盃坂石阶下方即可仰望到雄伟的金堂，却须一级一级拾阶而上方能到达目的地。每位访客都神情专注地攀登，并借此整理好参拜之心。或许这正是此千年古刹最好的迎客方式。



左图 1: 十一面观音像部分(国宝), 左图 2: 弥勒堂释迦如来坐像(国宝)
(飞鸟园提供)

金堂虽非金色，但金堂内阵依次供奉的五尊一木造木雕彩色佛像美轮美奂，是集佛教美术大成之作，价比黄金。尤其是十一面观音立像，更是“宝中之宝”，唯有特殊开放的日子才得以近距离参拜。（左图 1）
这些佛像跨越 1200 多年悠久的历史，均被完整保存、其色泽也未随岁月流逝而磨灭。日本的木雕佛像艺术源自中国，但遗憾的是中国完好保存至今的千年木雕佛像数量不多。室生寺文物得以完好保存，既受益于其位于深山、得以躲避战乱之原因，该寺千年相传、历来对文物保护的重视与付出更是功不可没。后人应感谢历代人们为文物保护所做出的努力，才使得人类共同的文化瑰宝能完好留存至今，供世界各地来访者参拜、欣赏。



左起：(飞鸟园提供)
十一面观音立像(国宝)，文殊菩萨立像(重要文物)、中尊释迦如来立像(国宝)、药师如来立像(重要文物)、地藏菩萨立像(重要文物)

弥勒堂位于金堂西南方向。最使人印象深刻的入堂右侧供奉的白颜释迦如来坐像（左图 2）。二战期间，此佛像曾远渡重洋、赴德国参展。由弥勒堂行至五重塔途中，可见本堂（灌顶堂）。本堂再行至深处 400m 之里院，建有御影堂。日本独创了高超的木造屋顶技术，在金堂、灌顶堂、弥勒堂的屋顶建造中得以完美体现。
日本号称“神佛共存”，传说室生寺所在的室生山里曾经有龙神出没。身为佛教寺院的室生寺 8 世纪创建了一座龙穴神社。这是一座十分灵验的祈雨神社，故深得民众推崇。

(二) 拜谒摩崖佛一大野寺



弥勒堂 (重要文物·飞鸟园提供)



采访室生寺总务山岗先生



石阶下仰望五重塔



五重塔 (国宝)

自古以来，日本人认为佛与神都存在于大自然之中，因此十分尊崇自然万物。

室生寺的五重塔传说是当年空海法师一夜造就的。此乃日本第二古老之木造五重塔，因其高度只有 16.1 米，亦是日本最小的室外五重塔。从石阶下方仰望五重塔，感觉塔很高大、气势逼人；而走近塔身，却发现此塔竟如此秀美、宛如少女。此番意境，只有亲身体验，方可得以感受。

室生寺山冈先生谈到，现今之日本虽然没有大的纷争，但人们的烦恼依旧。如何于新形势下解救众生是寺院的新使命。诚如山冈先生所言：“姑且来之，试着放下。”不要带有目的性，且移步坐拥千年历史、自然之美与佛教艺术之美兼得的古刹来看一看。

倾听着远处室生川水流潺潺，鸟鸣啾啾，仰望着眼前木造本尊佛像的精美仪容，每位访客都会不由自主地合掌许愿，这是在城市之中绝对体验不到的独特感受。大家不妨前来感受一下古寺独特的自然环境，试着与 1200 年前古人创造的精美佛雕及建筑作品展开一场心灵的对话……

室生寺预备了本寺的英文宣传册。外国游客如果事先电话或传真预约，室生寺会提前准备、尽己所能带您参观。

室生寺的官网如下，敬请查询：

<http://www.murouji.or.jp/>



大野寺摩崖佛的由来

大野寺位于室生寺的西大门。摩崖佛立像是直接雕刻在宇陀河旁高大石崖上高达 11.5 米、日本最大的石雕弥勒佛立像。据传约 800 年前，中国宋朝有一批雕刻师应日方之邀来到兴福寺，后鸟羽上皇派他们来大野寺完成了摩崖佛杰作。宋人雕刻群体在日语中被称为“伊行末集团”。日本大野寺的石雕弥勒佛立像 30 年前曾被修复一新。800 年弹指一挥间，现在我们能通过欣赏祖先的遗作，感受到中日交往的源远流长，想像当年人员频繁交流的盛况，幸何如哉！

伊行末集团：镰仓初期（宋朝）赴日的中国雕刻师群体。

地藏菩萨的传说

大野寺还有个地藏菩萨不惜自己被火烧、而以己救人的传说。当地人尊称其为“平安菩萨”。为表达爱戴之情，现在每月的 24 日都举行法会以示纪念。



大野寺弥勒摩崖佛



大野寺弥勒摩崖石刻大佛
(大野寺提供)

枝垂樱

大野寺有处著名景点是寺内 300 年树龄的枝垂樱。可惜今年受虫害所扰、枝垂樱被大幅砍枝，处于治疗期。相信不久的将来我们就能看到古树英姿重现。



枝垂樱 (飞鸟园提供)

背景照片：太鼓桥 / 盔坂

/ 大野寺的枝垂樱

吴春兰

敬请
光临!

开心玩乐中
学到
生命的重要

奈良县营宇陀·动物乐园

蓝蓝天空白云飘，牛羊成群在吃草。

这种童话世界中才能出现的场景能真实地展现在你面前，这就是奈良县营宇陀·动物乐园体验活动。

体验活动的负责人阪口先生介绍：通过各种各样和动物亲密接触、体验活动，传递对生命的重视。这就是这个活动的出发点。

制作黄油



在工作人员耐心教授下，亲手制作黄油吧。首先来回晃动放入生奶油的瓶子，把蛋白质和脂肪组成的脂肪球分离成黄油和黄油奶。最初听到的是水的声音，马上就会变成奶油状，声音消失。这时候瓶子里还会有动静，渐渐地黄油就成型了。一边通过手里的感觉、一边根据声音的判断，自己就可以亲手制作黄油。最后变成圆球一样的黄油和淡白色的黄油奶。栗子味的黄油奶昔也一定品尝一下啊。

现场可试吃自己亲手制作的黄油及备好的蛋糕，因为没有放盐，可以品尝到软软的原味黄油。如此简单就能亲手制作、品尝到健康且美味的奶油，带孩子的家庭请务必全家来体验一把。



体验挤牛奶

报名参加自制黄油的顾客，还可以同时体验挤牛奶。我去采访的时候，提供体验的奶牛名叫Ms. sumomo。说到挤牛奶，一般人会认为允许饮用本人亲手挤出的牛奶，但是这里是不允许饮用的。Ms. sumomo 是以前专门用于产奶、现在则产崽无望、产奶渐少的奶牛。所以它的牛奶比正常牛奶要稀。

在宇陀动物农场，我们通过体验挤牛奶了解到平时饮用的牛奶是从哪里来的；通过体验，我们重新认识到人类是受惠于动物及自然才得以生存。



山羊过桥



大家知道吗？山羊很喜欢爬高呦。宇陀农场乐园充分发挥山羊的这个特点，安排了一天四次的山羊过桥的表演节目。我目不转睛地盯着山羊过桥。不到一分钟羊群就全部过桥了，可一定要注意力集中啊。

喂羊

工作人员会在羊舍入口处发给你羊饵，之后你就可以喂羊啦。我去采访那天，正好有可爱的小羊羔。喂羊可以近距离看到绵羊和山羊的表情，请务必体验。



在宇陀农场乐园除了以上动物，还可以看到马和兔子等好多动物。最初来到这里和动物亲密接触的人们，通过各种体验活动自然而然地了解到我们是和各种生命共存的。我们可以像游览主题公园一样轻松来到这里，在和动物零距离接触过程中、深深体会到生命的重要。这里真是“生命的学校”。大家不妨来这里获取宝贵的体验、和可爱的动物们一起重新思考生命的意义。



宇陀农场乐园

李鎬善

<http://www.pref.nara.jp/1839.htm>

※ 体验活动内容根据天气及季节会有所变化。
报名方法及详情请参阅网站。



未知的宇陀魅力

宇陀市是个什么样的地方呢？对外国人友好吗？为了解开谜底，我采访了 2011 年就开始定居宇陀的法国人 Sylvain Chabrol 先生。

您为什么会定居宇陀市呢？

我和我太太是在澳洲一家花草植物园一起工作时认识的，之后我们定居法国。因为我们俩都喜欢田园之家，就一直在寻找自然风光优美的地方。偶然的的机会我们找到了宇陀市，就决定搬到这里定居了。定居后没有后悔！我虽然不会日语，但很幸运地在青叶仁会下属的花草俱乐部做了五年面包师。

您开始经营 Méli-Mélo 法式薄饼店的契机是什么？

我们去日本长野县的白马村旅行时，惊喜地发现法式传统美食薄饼在日本很受欢迎。我原来就有成为大厨师的梦想，心想这下可以在日本施展厨艺、制作法国美食啦。今年 4 月份我辞了以前的工作，夫妇俩专职经营 Méli-Mélo 餐厅。现在我们每个月都去参加集会 * (1)、销售法式薄饼。只要有 2m×1m 的空间，我就可以出去现场制作薄饼。



您有分享给大家的宇陀市好去处吗？

当然有了。我们这里的村民之乡元气村很棒。元气村除了艺术体验之外，村里的人一起合作做大餐、组织“今天我是大厨师”活动、此外还有好多各种各样的活动。我们居住在宇陀之乡，大家超越小家庭地互相交往、建立友谊。这正是人际交往的重要之处啊。星降谷之家 fufufu 餐厅也很赞，这是家建在河边的咖啡吧，室外就餐感觉超级棒。在这里会举办各种聚会，还可以预约吃到法式薄饼哟。



Méli-Mélo 法式薄饼的理念·特点

和当地人交往，制作美味、安全的法式薄饼 * (2) 是最重要的。我们使用本地生产的有机农作物作食材，素食主义者、半素食者、食物过敏者都可以放心地食用我家的法式薄饼。另外，我家可丽饼是用豆浆制作的，这样即使对牛奶、鸡蛋过敏的人也可以放心食用。你瞧，我一方面介绍法国美食到日本，同时使用日本食材，我算是法日友好的使者吧，有点儿自吹自擂吗？哈哈（笑）。

* (1) 集会： 每周三 harapeko 农贸集市
第 2 个周六 三重有机产品集贸市场
第 3 个周日 滋贺县的有机产品集贸市场·滋贺

* (2) 法式薄饼：原产于法国布列塔尼（法 Bretagne）地区的一种美食。使用荞麦粉制作的咸味可丽饼。

最后，想向大家说点儿什么吗？

来日本后，我们深切感受到日本乡村的良好社区氛围。大家相互交换美食、聚会聊天、很温暖。我是从经营 Méli-Mélo 餐厅之后，才有缘结识了许多顾客、业内同行、农家，才有了更多和大家交往机会。我在这里，这才是我最开心的事情。

如果您对 Méli-Mélo 法式薄饼感兴趣，不要犹豫，请马上登录以下网站。

AUSTRY Jeanne

Links :

Méli-Mélo
元气村
星降谷之家 fufufu

<https://www.facebook.com/Meli-Melo-392981520801494/>
<http://web1.kcn.jp/furusatogenkimura/>
<https://www.facebook.com/fufufu222/>

何谓“奈之良”？

大家好！

我们是奈良县国际课的国际交流员，主要从事国际交流和观光宣传活动，为促进奈良县与海外交流贡献着绵薄之力。

“奈之良”，字如其意，“奈良的好地方”。在外国人的眼中，奈良县有什么样的独特魅力呢？我们取材、撰写奈良县乐闻趣事，旨在将我们眼中的奈良魅力展现给海外游客。若能够激发您对奈良的兴趣，或成为您感受奈良魅力的契机，我们将不胜荣幸。

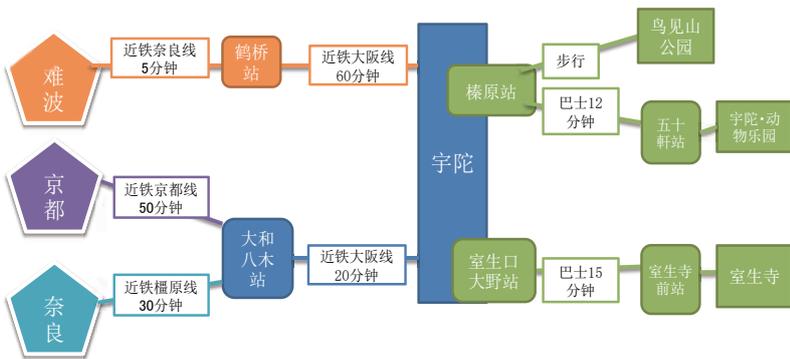


本期采访地：

交通指南：



电车路线：



- P. 1-2 跟随《奈之良》去徒步：鸟见山
- P. 3-4 室生寺·大野寺巡礼
- P. 5 宇陀·动物乐园
- p. 6 未知的宇陀魅力

- ### 自驾路线：
- 从大阪 / 名古屋出发：
名阪国道针町入口经由国道 369 号约 20 分钟车程
 - 从奈良出发：
国道 169 号经由国道 165 号从樱井出发 20 分钟车程

编后语：

谨向为本次采访提供特别帮助的以下单位表示鸣谢：
室生寺、大野寺、宇陀市政府、宇陀·动物乐园、Méli-Mélo、宇陀市相关人士。

《奈之良》
发行方：奈良县知事公室国际课
发行日期：2017年9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号奈良县知事公室国际课
TEL：0742-27-8477
FAX：0742-22-1260

