

奈之良

Nano Ra

奈良縣東部之秘寶：東行一步天地寬

第八期 宇陀市

- 跟隨《奈之良》去徒步：鳥見山
- 室生寺・大野寺巡禮
- 開心玩樂中學到“生命的重要”
- 記奈良縣營宇陀・動物樂園體驗活動
- 未知的宇陀魅力：採訪移居宇陀的法國人

跟隨《奈之良》去徒步

宇陀鳥見山

60 ~ 90 分鐘

登頂成功

新手也可樂在其中

徒步路線

• 這次向大家介紹從宇陀市榛原站到鳥見山公園的徒步路線。宇陀市不僅風景優美，而且交通便利。從近鐵大和八木站乘坐急行電車 15 分鐘即可抵達此處。宇陀市有很多適合新手的徒步路線。在榛原站附近的觀光諮詢處，準備了很多旅遊手冊及地圖等，上路前取上些資料、十分有用。

• 本線路不僅沿途有美麗的紅葉和杜鵑等各色花卉，途中還會經過很多遺址古跡，十分適合歷史愛好者。讓我們現在就出發吧。

• 從榛原站出發首先來到舊伊勢街道。從江戶時代開始，去參拜伊勢神社蔚然成風，宇陀地區為旅人提供住宿的舊式旅館十分盛行。其中一處，是從榛原站步行十分鐘即可到達的“Aburaya”日式旅館。旅館是木造結構，格子窗面朝街道，200 年前的風采猶存。旅館裏還用心保存了許多其創業時期的資料，盡量維護原貌，仿佛時光停滯，重回江戶時代……





• 徐徐北上，道路漸行漸陡。眼前出現廣闊的水田，一派田園風光，滿眼是種類各異的花卉。據宇陀市商工觀光課負責人介紹，鳥見山一年四季風光無限，道邊野生的郁金香和杜鵑花自成一一道靚麗的風景。杜鵑花尤因種類多、花色美而聞名遐邇，每年五月份都會特地舉辦杜鵑花會。

• 接近山頂處，即到達鳥見山公園。樹木環繞的水池之畔，有座神社靜靜地佇立於此，遊人盡可享受悠閑時光。附近還有記載此為神武天皇聖跡的紀念碑、及刻有首首和歌的歌碑，至今都能感受到鳥見山的深厚歷史。

• 拾階而上，終於抵達山頂。這裏是一覽宇陀乃至整個大和盆地之全貌的絕佳所在。登頂時刻的成就感無以言表。特別推薦某個秋天來此登頂一覽秋色。行至此處，有意繼續前行的徒步愛好者，可以挑戰從山頂前往櫻井市的長谷寺及山部赤人墓的徒步路線。

• 鳥見山的徒步路線只需60-90分鐘即可登頂，新手也盡可放心嘗試。路過宇陀的時候請務必來挑戰一下吧。

小知識：

據“日本書紀”（註：著於八世紀的日本史籍）記載，鳥見山曾是神武天皇祭祀之地，其地名來源於此。我們由此亦能感受到歷史之回音。

室生寺・大野寺巡禮

(一) 姑且來之，試著放下一室生寺

室生寺創建於公元 770-780 年之間，是一座擁有 1200 年歷史的古剎。最初是僧侶們為恒武天皇祈禱病愈及延年益壽而建。之後經空海大師的大力發展，成為真言宗道場之一，空海大師是將密教真言宗從中國唐代帶到日本並廣為傳播的著名高僧。因此室生寺與中國有著深厚的淵源。



石柱



盃坂（飛鳥園提供）

跨過朱紅色的太鼓橋，室生寺山門前石柱上赫然刻著“女人高野室生寺”幾個大字。高野山金剛峰寺是日本聲名遠播的真言宗佛教聖地，但嚴格禁止女性進山參拜；而同宗同派的室生寺卻廣泛地對女性開放，十分平易近人，故而得此別稱。

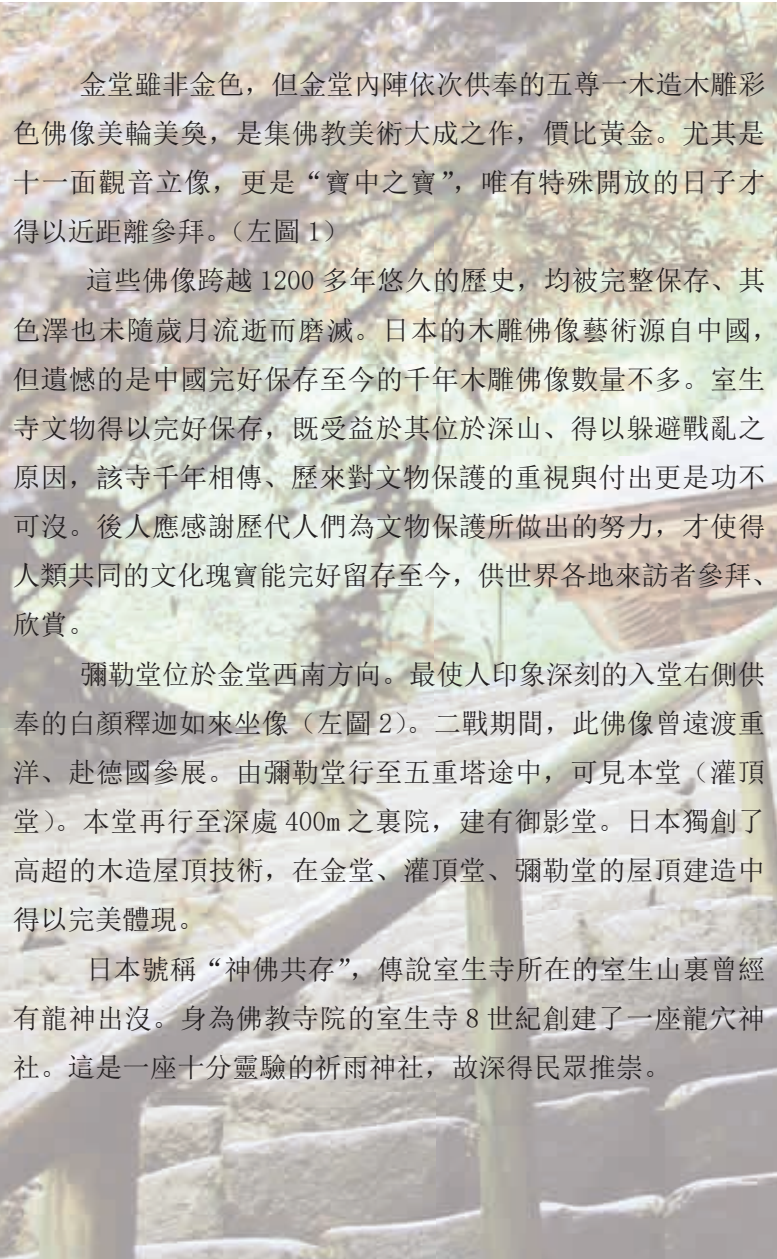
穿過仁王門，就是著名的盃坂。每到五月上旬，盃坂兩側開滿美麗的石楠花。從盃坂石階下方即可仰望到雄偉的金堂，卻須一級一級拾階而上方能到達目的地。每位訪客都神情專注地攀登，並借此整理好參拜之心。或許這正是此千年古剎最好的迎客方式。



伽藍配置圖（室生寺提供）



左圖 1: 十一面觀音立像(國寶) 左圖 2: 彌勒堂釋迦如來坐像(國寶)
(飛鳥園提供)



金堂雖非金色，但金堂內陣依次供奉的五尊一木造木雕彩色佛像美輪美奐，是集佛教美術大成之作，價比黃金。尤其是十一面觀音立像，更是“寶中之寶”，唯有特殊開放的日子才得以近距離參拜。（左圖 1）

這些佛像跨越 1200 多年悠久的歷史，均被完整保存、其色澤也未隨歲月流逝而磨滅。日本的木雕佛像藝術源自中國，但遺憾的是中國完好保存至今的千年木雕佛像數量不多。室生寺文物得以完好保存，既受益於其位於深山、得以躲避戰亂之原因，該寺千年相傳、歷來對文物保護的重視與付出更是功不可沒。後人應感謝歷代人們為文物保護所做出的努力，才使得人類共同的文化瑰寶能完好留存至今，供世界各地來訪者參拜、欣賞。

彌勒堂位於金堂西南方向。最使人印象深刻的入堂右側供奉的白顏釋迦如來坐像（左圖 2）。二戰期間，此佛像曾遠渡重洋、赴德國參展。由彌勒堂行至五重塔途中，可見本堂（灌頂堂）。本堂再行至深處 400m 之裏院，建有御影堂。日本獨創了高超的木造屋頂技術，在金堂、灌頂堂、彌勒堂的屋頂建造中得以完美體現。

日本號稱“神佛共存”，傳說室生寺所在的室生山裏曾經有龍神出沒。身為佛教寺院的室生寺 8 世紀創建了一座龍穴神社。這是一座十分靈驗的祈雨神社，故深得民眾推崇。



左起：(飛鳥園提供)
十一面觀音立像（國寶）、文殊菩薩立像（重要文物）、本尊釋迦如來立像（國寶）、藥師如來立像（重要文物）、地藏菩薩立像（重要文物）

(二) 拜謁摩崖佛一大野寺



彌勒堂 (重要文物・飛鳥園提供)



採訪室生寺總務山岡先生



石階下仰望五重塔



五重塔 (國寶)

自古以來，日本人認為佛與神都存在於大自然之中，因此十分尊崇自然萬物。

室生寺的五重塔傳說是當年空海法師一夜造就的。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。從石階下方仰望五重塔，感覺塔很高大、氣勢逼人；而走近塔身，卻發現此塔竟如此秀美、宛如少女。此番意境，只有親身體驗，方可得以感受。

室生寺山岡先生談到，現今之日本雖然沒有大的紛爭，但人們的煩惱依舊。如何於新形勢下解救眾生是寺院的新使命。誠如山岡先生所言：“姑且來之，試著放下。”不要帶有目的性，且移步坐擁千年歷史、自然之美與佛教藝術之美兼得的古剎來看一看。

傾聽著遠處室生川水流潺潺，鳥鳴揪揪，仰望著眼前木造本尊佛像的精美儀容，每位訪客都會不由自主地合掌許願，這是在城市之中絕對體驗不到的獨特感受。大家不妨前來感受一下古寺獨特的自然環境，試著與 1200 年前古人創造的精美佛雕及建築作品展開一場心靈的對話……

室生寺預備了本寺的英文宣傳冊。外國遊客如果事先電話或傳真預約，室生寺會提前準備、盡己所能帶您參觀。

室生寺的官網如下，敬請查詢：

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



大野寺摩崖佛的由來

大野寺位於室生寺的西大門。摩崖佛立像是直接雕刻在宇陀河旁高大石崖上高達 11.5 米、日本最大的石雕彌勒佛立像。據傳約 800 年前，中國宋朝有一批雕刻師應日方之邀來到興福寺，後鳥羽上皇派他們來大野寺完成了摩崖佛傑作。宋人雕刻群體在日語中被稱為“伊行末集團”。日本大野寺的石雕彌勒佛立像 30 年前曾被修復一新。800 年彈指一揮間，現在我們能通過欣賞祖先的遺作，感受到中日交往的源遠流長，想像當年人員頻繁交流的盛況，幸何如哉！

伊行末集團：鎌倉初期（宋朝）赴日的中國雕刻師群體。

地藏菩薩

大野寺還有個地藏菩薩不惜自己被火燒、而以己救人的傳說。當地人尊稱其為“平安菩薩”。為表達愛戴之情，現在每月的 24 日都舉行法會以示紀念。

枝垂櫻

大野寺有處著名景點是寺內 300 年樹齡的枝垂櫻。可惜今年受蟲害所擾、枝垂櫻被大幅砍枝，處於治療期。相信不久的將來我們就能看到古樹英姿重現。

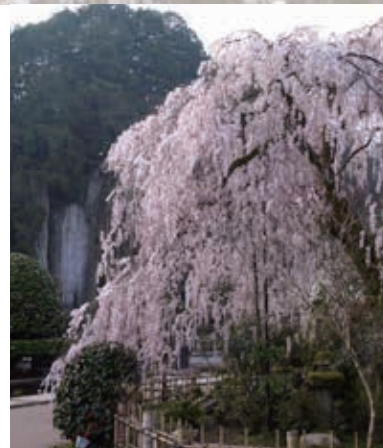
背景照片：太鼓橋 / 盃坂
/ 大野寺的枝垂櫻



大野寺彌勒摩崖佛



大野寺彌勒摩崖石刻大佛
(大野寺提供)



枝垂櫻 (飛鳥園提供)

吳春蘭

敬請
光臨!

開心玩樂中
學到
“生命的重要”

奈良縣營宇陀・動物樂園

藍藍天空白雲飄，牛羊成群在吃草。

這種童話世界中才能出現的場景能真實地展現在妳面前，這就是奈良縣營宇陀・動物樂園體驗活動。

體驗活動的負責人阪口先生介紹：通過各種各樣和動物親密接觸、體驗活動，傳遞對生命的重視。這就是這個活動的出發點。

制作黃油



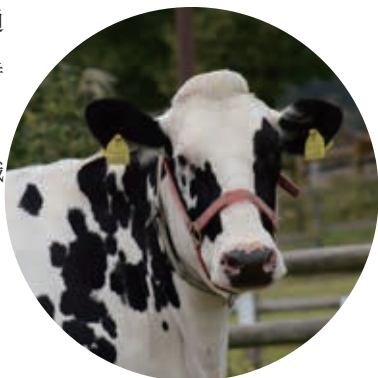
在工作人員耐心教授下，親手制作黃油吧。首先來回晃動放入生奶油的瓶子，把蛋白質和脂肪組成的脂肪球分離成黃油和黃油奶。最初聽到的是水的聲音，馬上就會變成奶油狀，聲音消失。這時候瓶子裏還會有動靜，漸漸地黃油就成型了。一邊通過手裏的感覺、一邊根據聲音的判斷，自己就可以親手制作黃油。最後變成圓球一樣的黃油和淡白色的黃油奶。栗子味的黃油奶昔也一定品嚐一下啊。

現場可試吃自己親手制作的黃油及備好的蛋糕，因為沒有放鹽，可以品嚐到軟軟的原味黃油。如此簡單就能親手制作、品嚐到健康且美味的奶油，帶孩子的家庭請務必全家來體驗一把。



體驗擠牛奶

報名參加自制黃油的顧客，還可以同時體驗擠牛奶。我去採訪的時候，提供體驗的奶牛名叫 Ms. sumomo。說到擠牛奶，一般人會認為允許飲用本人親手擠出的牛奶，但是這裏是不允許飲用的。Ms. sumomo 是以前專門用於產奶、現在則產崽無望、產奶漸少的奶牛。所以它的牛奶比正常牛奶要稀。在宇陀動物農場，我們通過體驗擠牛奶了解到平時飲用的牛奶是從哪裏來的；通過體驗，我們重新認識到人類是受惠於動物及自然才得以生存。



山羊過橋



大家知道嗎？山羊很喜歡爬高呦。宇陀農場樂園充分發揮山羊的這個特點，安排了一天4次的山羊過橋的表演節目。我目不轉睛地盯著山羊過橋。不到一分鐘羊群就全部過橋了，可一定要注意力集中啊。

餵羊

工作人員會在羊舍入口處發給妳羊餌，之後妳就可以餵羊啦。我去採訪那天，正好有可愛的小羊羔。餵羊可以近距離看到綿羊和山羊的表情，請務必體驗。



在宇陀農場樂園除了以上動物，還可以看到馬和兔子等好多動物。最初來到這裏和動物親密接觸的人們，通過各種體驗活動自然而然地了解到我們是和各種生命共存的。我們可以像遊覽主題公園一樣輕鬆來到這裏，在和動物零距離接觸過程中、深深體會到生命的重要。這裏真是“生命的學校”。大家不妨來這裏獲取寶貴的體驗、和可愛的動物們一起重新思考生命的意義。



宇陀農場樂園

李鎬善

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

※ 體驗活動內容根據天氣及季節會有所變化。

報名方法及詳情請參閱網站。



未知的宇陀魅力

宇陀市是個什麼樣的地方呢？對外國人友好嗎？為了解開謎底，我採訪了 2011 年就開始定居宇陀的法國人 Sylvain Chabrol 先生。

您為什麼會定居宇陀市呢？

我和我太太是在澳洲一家花草植物園一起工作時認識的，之後我們定居法國。因為我們倆都喜歡田園之家，就一直在尋找自然風景優美的地方。偶然的機會我們找到了宇陀市，就決定搬到這裏定居了。定居後沒有後悔！我雖然不會日語，但很幸運地在青葉仁會下屬的花草俱樂部做了五年麵包師。

您開始制作 Méli-Mélo 法式薄餅店的契機是什麼？

我們去日本長野縣的白馬村旅行時，驚喜地發現法式傳統美食薄餅在日本很受歡迎。我原來就有成為大廚師的夢想，心想這下可以在日本施展廚藝、制作法國美食啦。今年 4 月份開始我辭了以前的工作，夫婦倆專職經營 Méli-Mélo 餐廳。現在我們每月都去參加集會 * (1)、銷售法式薄餅。只要有個 2m×1m 的空間，我就可以出去現場制作薄餅。



有分享給大家的宇陀市好去處嗎？

當然有了。我們這裏的村民之鄉元氣村很棒。元氣村除了藝術體驗之外，村裏的人一起合作做大餐、組織“今天我是大廚師”活動、此外還有好多各種各樣的活動。我們居住在宇陀之鄉，大家超越小家庭地互相交往、建立友誼。這正是人際交往的重要之處啊。星降谷之家 fufufu 餐廳也很贊，這是家建在河邊的咖啡吧，室外就餐感覺超級棒。在這裏會舉辦各種聚會，還可以預約吃到法式薄餅喲。



Méli-Mélo 法式薄餅的理念・特點

和當地人交往、制作美味、安全的法式薄餅 * (2) 是最重要的。我們使用本地生產的有機農作物作食材，素食主義者、半素食者、食物過敏者都可以放心地食用我家的法式薄餅。另外，我家可麗餅是用豆漿制作的，這樣即使對牛奶、雞蛋過敏的人也可以放心食用。你看，我一方面介紹法國美食到日本，同時使用日本食材，我算是法日友好的使者吧，有些自吹自擂嗎？哈哈（笑）。

* (1) 集會： 每周三 harapeko 農貿集市
第 2 個周六 三重有機產品集貿市場
第 3 個周日 滋賀縣的有機產品集貿市場・滋賀

* (2) 法式薄餅：原產于法國布列塔尼（法 Bretagne）地區的一種美食。使用蕎麥粉制作的鹹味可麗餅。

最後，想向大家說點兒什麼嗎？

來日本後，我們深切感受到日本鄉村的良好社區氛圍。大家相互交換美食、聚會聊天，很溫暖。我是從經營 Méli-Mélo 餐廳之後，才有緣結識了許多顧客、業內同行、農家，才有了更多和大家交往機會。我在這裏，這才是讓我最開心的事情。

如果您對 Méli-Mélo 法式薄餅感興趣，不要猶豫，請馬上登錄以下網站。

AUSTRY Jeanne

Links：

Méli-Mélo <https://www.facebook.com/Meli-Melo-39298152080149>
元氣村 <http://web1.kcn.jp/furusatogenkimura/>
星降谷之家 fufufu <https://www.facebook.com/fufufu222/>

何謂《奈之良》？

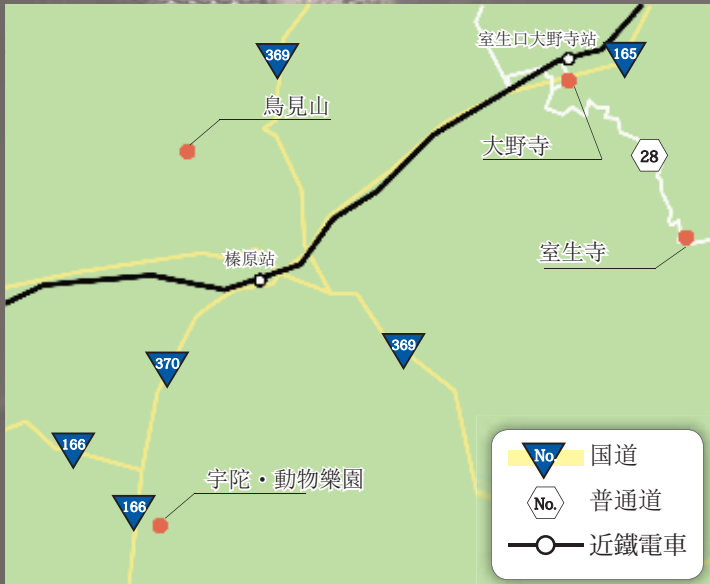
大家好！

我們是奈良縣國際課的國際交流員，主要從事國際交流和觀光宣傳活動，為促進奈良縣與海外交流貢獻著綿薄之力。

《奈之良》，字如其意，“奈良的好地方”。在外國人的眼中，奈良縣有什麼樣的獨特魅力呢？我們取材、撰寫奈良縣樂聞趣事，旨在將我們眼中的奈良魅力展現給海外遊客。若能夠激發您對奈良的興趣，或成為您感受奈良魅力的契機，我們將不勝榮幸。

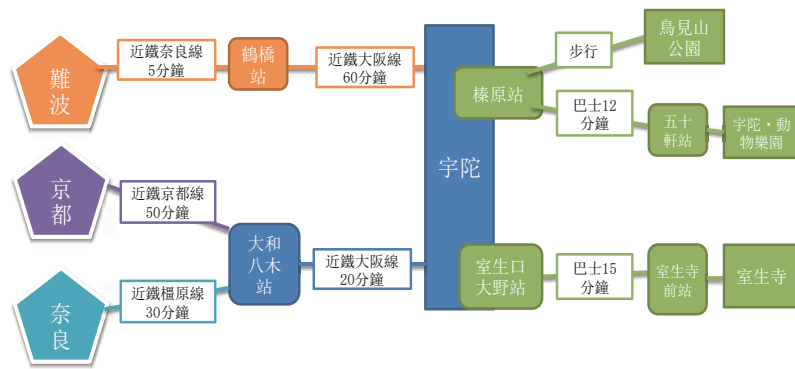


本期採訪地



交通指南：

電車路線：



- P. 1-2 跟隨《奈之良》去徒步：鳥見山
- P. 3-4 室生寺・大野寺巡禮
- P. 5 宇陀・動物樂園
- p. 6 未知的宇陀魅力

自駕路線：

從大阪 / 名古屋出發：
名阪國道針町入口經由國道 369 號約 20 分鐘車程
從奈良出發：
國道 169 號經由國道 165 號從櫻井出發 20 分鐘車程

編後語：

謹向為本次採訪提供特別幫助的以下單位表示鳴謝：
室生寺、大野寺、宇陀市政府、宇陀・動物樂園、Méli-Mélo、宇陀市相關人士。

《奈之良》

發行方：奈良縣知事公室國際課

發行日期：2017 年 9 月

若對本刊有任何意見或疑問，敬請聯系以下單位：

〒 630-8501 奈良市登大路町 30 號奈良縣知事公室國際課

TEL：0742-27-8477

FAX：0742-22-1260

