

niponica

看日本

no.

29

にほにか



特辑

连结日本之心



特辑

连结日本之心

- 04 蕴含着各种心愿的日本结
- 08 连结馈赠之心——折形 / 水引细工（绳结工艺）
- 12 连结美装之心——腰带结 / 组绳
- 16 技艺精湛的结之美——装饰结 / 竹垣结
- 18 连结人与人、日常生活——桥
- 20 结缘之地
- 22 尽享日本美食
茶巾寿司
- 24 散步看日本
日光
- 28 日本特产
插花器皿

封面／金色与白色的叫做“水引”的绳子扎成仙鹤，加上寓意吉祥的稻穗、扇子和松树等作为装饰的新年饰物
照片：PIXTA

本刊的刊名“にほにか（niponica）”源于“日本”的日语发音“Nippon”。“にほにか（niponica）”是向世界广泛介绍现代日本社会、文化的杂志，除了日文版以外，还有英文版、西班牙文版、法文版、中文版、俄文版、阿拉伯文版，共以 7 种语言出版发行。

no.29 R-021204

发行：日本国外务省
邮编 100-8919 东京都千代田区霞关 2-2-1
<https://www.mofa.go.jp/>



▲ 作为长寿的象征受到推崇的仙鹤，加上点缀初春的梅花，构成这件水引工艺。

特辑

连结日本之心

反映日本人独到的审美意识，
超越时代、传承至今的各种“结”。
在每一个结之中，倾注着深深的祈祷和生活的智慧等，
编织出多元的文化。
让我们来解析这种旷世稀有的独特精神文化。

蕴含着各种心愿的 日本结

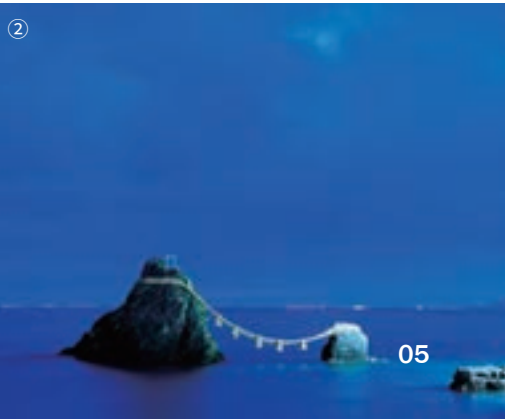


连结祈祷

在名叫天之磐盾的陡峭悬崖上，有一块琴引岩被一根“注连绳”围了起来，表示这是一个神圣的地方。据说这是当地（熊野）的神灵第一次降临的地方。神仓神社（熊野速玉大社）/ 和歌山县

照片：PIXTA

- ① 把由水稻悉心栽种后收获的大量稻草捆扎起来，制作成巨大的注连绳。出云大社／岛根县
- ② 用注连绳绑在一起的两块岩石，看起来就像是依偎在一起的夫妇，故被称为夫妇岩，象征着夫妻和睦、家庭美满。二见兴玉神社／三重县





连结纽带

照片：PIXTA, Getty Images

婚礼是为新郎和新娘、两个家庭建立起新纽带的仪式。新娘胸前的绳子，牢牢地打上一个拆不开的“鲍结”。



连结景色

将竹节均衡有致地排列起来，用黑色绳子绑起来，同时留意与周围景色的协调。竹之径／京都府



连结美装之心

八世纪前后，组绳作为装饰品得到发展，后来被作为坚牢的绳子，用来支撑数十公斤重的铠甲。



连结馈赠之心

使用被称为水引的绳子，做成一个象征着吉祥的梅花形状，装饰着礼金袋。津田水引折型／石川县

连结馈赠之心



向亲朋好友赠送礼金，向关照自己的人赠送表达感激之情的礼物，礼尚往来是日本人自古以来就很重视的文化之一。传承至今的“折形（折纸）”将心意和习俗用看得见的形式表现出来，而“水引细工”则使用华丽的绳结为喜庆的宴席增色添彩。

▲照片中的是“铍子、提子装饰”，铍子和提子分别是倒酒和运酒的器皿，这种折形具有高度的装饰性。将它们比作两只蝴蝶翩翩起舞的恩爱模样，故而总是成双成对地使用。

折形

▼即便是现代，“折形”也被用于礼金袋或宴请宾客等场景



折形是对如何包装礼物以及如何将包扎用的绳子打结等的详细规则，已有 600 多年的历史。作为一种礼仪和规矩，由武士家族代代相传，后来渐渐也普及到了普通百姓的日常生活中。

说到包装方法，在包的时候要注意，应当方便收件人用自己习惯的手势轻松地打开。另外，为了让对方可以一目了然地看到物品，通过打开包装的一部分，也体现出为对方着想的体贴之心。

无论包装有多复杂，“折形”一律不使用剪刀。通过多次折叠“和纸”把礼物包起来。为了表示对对方的敬意，应根据收礼人的地位及礼物的级别，对“和纸”的大小尺寸及质地作出区分。原则上应该使用优雅纯洁的白色和纸，为了进一步提升格调，还可以重叠使用多层浅色的和纸。

用来捆扎包装的绳子，古时候贵族官僚曾使用麻



▲一张和纸孕育的折形，堪称纸张的艺术。照片是用于庆贺仪式的包装方法。

左 / 华丽的“带包”原用于包裹昂贵的腰带
中 / 现在鲜有看到的真正的鲍鱼干，剥出来拉成细长条，非常罕见，这是根据古代资料的记录再现的“熨斗鲍包”
右 / 供奉给神灵的食物之一—鲣鱼（鲣鱼干制的保存食品）的包装

绳和丝绸绳，而武士家族则使用和纸搓成条状的纸捻。到了后来，渐渐开始使用上浆后固化的红白色及金银色的水引等。

作为日本传统文化代代传承的“折形”，对每件要包装礼物的具体包装规则均作出了规定。但是，“折形”所传达的心意却并不拘泥于形状，而是自由豁达的。为赠送礼物的对象着想，这种态度生生不息地活在现代日本人的心中。



左／刚刚剪下来的时令草花，制作成“草花包”，保留自然风情送给对方
右／将毛笔等武士家族生活中必需的消耗品筒筒简单地包装起来交给对方，是典型的折形包装之一

▼山根折形礼法教场 掌门人・山根一城先生
为了在现代生活中普及基于历史背景的折形礼法，介绍其作为和纸文化的原则及魅力，他积极开展各种活动，“折形是努力并尽心尽力改善人际关系的心意。关爱他人的心意正是代代传承的折形之精髓。”

作品均出自于山根一城先生之手



水引细工（绳结工艺）



▲ 水引

基本的水引结



左 / 水引在喜庆场合的基本绳结。扎好后很难解开的“鲍结”
中 / “结切”是想随意表达祝贺之意时的绳结
右 / “寄返”倾注着人们希望美好的事物就好象波浪一样接踵而至的愿望。
用于结婚以外的贺喜时

水引是将裁成条状的和纸以螺旋状搓成细绳，然后上浆制成的。不仅具有韧性，还有相当的强度且不易拉断，因此可以做成各种绳结的形状。

关于水引在日本的起源有各种各样的说法，据说最早是在七世纪初，献给日本朝廷的贡品上，曾经扎着染成红白两色的麻线，这便是水引的起源。渐渐地，人们使用水引取代了以往使用的绳子，以制作出无法用绳子实现的华丽绳结装饰，水引独辟蹊径并逐步完善。

在日本，当约定结婚时，通常会举办名叫“结纳（订婚）”的仪式。双方家人见面并缔结新的纽带。此时，按照习俗通常会把被称为“结纳品”的礼物（类似于聘礼）赠送给对方。水引工艺将这些倾注着特别心愿的礼物点缀得分外美丽。

象征着长命百岁的鹤与龟，寒冬里依然青翠茂盛的松与竹，早春时节一枝独放的梅花，这些都是日本的吉祥图案，在“结纳品”中不可缺少的水引工艺，为喜庆的宴席增添缤纷色彩。

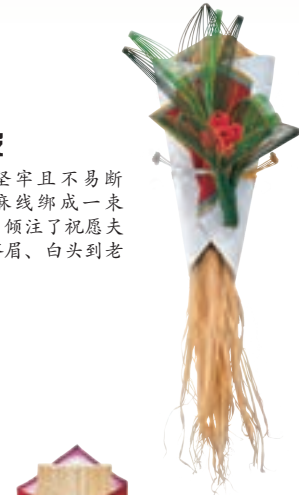
▼ 水引工艺是代表石川县的传统工艺之一。照片是装礼金的红包



水引工艺华丽地点缀了喜庆的宴席。
通过结纳品的示例，介绍每一件礼品中倾注的祝福心愿。

反白发

这是把坚固且不易断裂的纯麻线绑成一束的绳结。倾注了祝愿夫妻举案齐眉、白头到老的愿望。



结纳金包

人们把钱（聘礼）装在这个包装内的盒子里，按照习惯，书写金额时必须一气呵成，以免被人事后篡改。



昆布（海带）

在日本，“昆布”（Konbu）的发音与“喜悦（Yorokobu）”相似，故常被用于喜庆的场合。象征着子孙繁荣。



指环袋

最适合用于倾情奉上的珍贵礼物，奢华的“鲍结”水引工艺。



末广

末广是指扇子。寄托了希望今后两家人子孙繁荣、长长久久、永远幸福的愿望。水引长约90公分，中途绝对不会剪断。这是因为人们将水引本身视作“缘”。如果太长，会把顶端卷起来以调整长度。



津田水引折型自成立以来已有100多年的历史，这种美丽的水引工艺遵循传统折形的基本原理，加入各种创意与巧思，继承并弘扬了符合现代生活的美好祝福。照片是第5代掌门津田六佑先生。他说：“结纳品是两个家庭之间沟通心意的重要礼物。每件物品均有寓意，我们将水引视作礼物的一部分，因此在制作时全心全意、精益求精，力求精致美丽。”

作品均来自津田水引折型（石川县）



连结美装之心

腰带结

进入 18 世纪后，江户（现在的东京）人口达到 100 万，并成为世界屈指的消费城市之一。在一个没有战争的和平盛世，随着经济的飞速发展，城镇居民过上了富裕的生活，他们便逐渐成为文化的承载者。

作为时尚的“腰带结”也正是诞生于这个时期。在此之前，腰带所起到的作用，仅仅只是让日本的民族服装和服穿上去后避免散开而已，从这段时间开始，腰带逐渐变得更宽、更长。它被改造成一种为了打扮得更漂亮的时尚装饰，而不仅仅只是功能。人们开始制作织法、色彩和图案等均十分精致的腰带，这成为腰带结不断涌现新款式契机。

另外，当时有一套基于职业的身份制度，分为武士、农民、工匠或商人等，每种身份均有不同的腰带绑法，因此只要看一下腰带结，便可确定此人的身份、职业以及已婚或未婚。在这些规则中，人们发挥创意，通过多样繁复的腰带结体现出富于个人特色的时尚。

菱川师宣被誉为浮世绘之祖，从他绘制的江户女性驻足回眸的身影中，您可以了解到当时的流行时尚。她背后绑的腰带两端长长地垂下，被称为“吉弥结”，为当时红极一时的扮演女性的歌舞伎演员上村吉弥首创。据说江户的年轻女性皆为之倾倒。
菱川师宣《回眸美人图》17 世纪
出典：ColBase（<https://colbase.nich.go.jp/>）



她能瞬间判断腰带的面料和人的体型，用一根腰带敏捷地扎出最理想形状的结。

立矢之字结



“立矢之字结”的扎法是走在城内时，将腰带立起来的一头放在右侧肩头，而走在城外时，则将腰带竖起在左侧的肩头。

丰满雀



从“立矢之字结”变化而来的“丰满雀”，即便在现代，很多年轻女性在穿和服时，也会采用这种腰带结。

据说目前有一百多种不同的腰带结，但是基本形状绝大部分诞生于这个江户时代（1603-1868），其文化生生不息地得到传承。



▲腰带文化研究家笹岛寿美女士。她在古典表演艺术的世界里学习了和服的穿法，并在国内外指导并现场表演和服的穿法，在半个世纪的岁月里，她不断探索日本文化中腰带结的历史和意义。她说：“我认为，腰带结可以连结人的精神，纠正做人的姿势。”



▲在日本，每年 1 月都会在各地举办“成人节”，以祝福即将迎来 20 岁的年轻人。许多女性会穿上被称为“振袖”的长袖和服并参加典礼。照片中的腰带扎法为融入了现代风格的“立矢之字结”和“文库结”。

文库结



“文库结”扎紧之后，比较不容易松散。虽然外观朴素，但散发出一股凛然的氛围，体现出武士家族女性的气概。

角出结



富于女性魅力、丰满且温柔的“角出结”是商人常用的腰带结

太鼓结



“太鼓结”是在“角出结”的基础上，使用绳子固定腰带结，通过筒略化而有所进化。这种结曾在不同阶层的人群中广泛传播

片剪



扎法简单，又不容易散开的“片剪”是武士的腰带结。如果将刀插在腰带之间，腹部会进一步收紧，确保姿势良好。



▲ 武士在日本刀上缠绕的“下绪”



▲ 自 1652 年创办以来，历经 360 年坚持在东京上野编织组绳的老店——道明，店面随时摆放着 500 多种腰带绳。

组绳

摄影：泷岛洋司 照片：Getty Images、amanaimages

组绳是通过编织丝线或棉线制成的绳子。它在八世纪时扎根于贵族之中，渐渐地，人们创造出更为高度及多样的编织方法，并将其作为一种装饰文化而发扬光大。编绳作为高雅精致的艺术品被用来装饰服装和佛教用具，贵族们还将其用作悬挂太刀的绳子等。到了十二世纪，日本进入武士社会，由于编绳的强度极高，捆扎之后具备一定的柔韧性等，武士们认为它不仅美观，而且具备实用性，因此给予了高度的评价，

并用它来支撑重达数十公斤的沉重盔甲甲等。

十七至十八世纪，在江户（现在的东京），当时流行一种被叫做“下绪（吊绳）”的编绳，出现了许多挂在武士刀上的编绳，由于人们推崇由武士亲手制作武器，据说当时还有许多武士学习了组绳的编织技术。

1876 年，日本开始禁止携带刀，以往以制作“下绪”为生的工匠和商人纷纷失业。此时他们将眼光投向了与下绪制作方法极为相似的腰带绳，

穿和服时，最后绑在腰带中央以固定腰带结的绳子便是腰带绳。“太鼓结”当时在女性中非常流行，而这种扎法需要使用腰带绳。也是因为这一原因，编绳在新的需求下再次恢复了活力，编绳就这样成为腰带结的最佳配角并迅速发展，直到今天，仍然在日本的和服文化中发挥着不可缺少的存在感。

▼ 最后绑在腰带中央以固定腰带结的腰带绳



左 / 组绳均为手工染色和手工编织而成。编织工艺在工匠手中得到保护和传承
右 / 在组绳上编出图案和文字的工艺，体现了江户人洗练的品味，孕育出新图案。



▲ 道明的第 10 代掌门 道明葵一郎先生

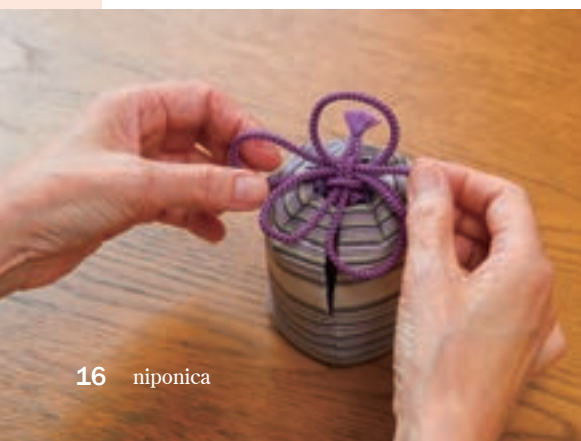
参考在全国范围保留下来的传统编绳技术，同时从事新的编绳制作。
“仅数公分的小小编绳完美体现了日本人独有的审美意识。我想从技术上挑战不同素材的搭配等，创造出贴合现代生活的新设计。”



▲“封结”的外观是美丽的装饰结，同时也起到锁匙的作用



▲茶道的茶袋和装小物件的绳子在江户时代（1603～1868年），“花结”原本的精美技巧得到改进



◀艺术家关根 Miyuki 是绳结研究家，她用绳结来表现日本的四季与民间活动。她根据古代文献等再现古代的仪式和民间活动等出现的绳结，从事创作活动。

技艺精湛的结之美

装饰结

用一根绳子打个结，也可以成为锁匙，也可以成为美丽的花朵。而且，无论绳结如何复杂，一旦松开，它又会变回一根绳子。多年来，凭借日本人灵巧而细腻的手工技巧，装饰结历经漫长的岁月完成了美丽的蜕变。

富于创意且美丽的装饰结被认为是十二世纪贵族女子的修养，也被认为是重要的必修课之一。在这个时代，模仿草花形状的“花结”曾经是主流。

华美的花结历史到了战国时代（从十五世纪末到十六世纪末）发生了戏剧性的变化。当时，重视茶道的武将们担心被人在茶里面下毒。于是，侍奉武将的茶道家开始使用一种只有他们自己才能解开的复杂手法，将装茶的袋子收口的绳子打上结。即使有人可以解开，也不能以相同的手法再次打结，这样就能发现袋子是否被打开过。这种不留下记录的魔幻式打结手法，被称为“封结”，只用一根绳子便起到了锁匙的作用。



◀药玉是指装有熏香和药草的袋子，垂下长长的五色丝线的饰物。照片中的作品使用编绳体现了药玉

作品均来自关根 Miyuki 女士

竹垣结

用竹子编织的篱笆叫做竹垣。竹垣超越了原本作为篱笆、用来划分空间的角色，作为富于风情的背景装饰了无数的日本庭园。到了江户时代（1603-1868），中期，竹垣作为浮世绘的时尚图案被广泛描绘，并在普通百姓的生活中传播开来。

竹垣有两种类型，一种从庭园外侧可以透视到内部，另一种则看不见内部情景。此外，人们还使用一种被称为“棕榈绳”的黑色绳子，打上各种形状的结，有干脆利落的扎法，有装饰性较强的立体绳结，有些会将绳子两头长长地垂下等等。毛竹和绳子的颜色形成美丽的对比，与四季各异的丰富色彩和谐共鸣，为日本的街头景观增添了独特的韵味。



▲以日本庭园而著称的光悦寺（京都府）的竹垣。用剖开的毛竹编织成大格子的菱形，其特点是可以透视到另一侧

秦造园公司的秦民树先生。作为如今已经寥寥无几的庭园创作家，他传承了竹垣制作技术，还从事日本庭园的修复和维护等具有历史价值的工作。制作竹垣时，竹子的配置必须有一定的节奏，避免竹节左右重叠。另外，据说还要通过计算黑色“棕榈绳”打结的间隔与强度等来选择打结方法，以实现功能与美观兼顾的目的。



▲建仁寺垣。地处京都的美丽庭园和竹垣，名称来自著名的寺庙。隔绝了四周的喧嚣，创造出隐秘的空间。



◀分别使用多彩的绳结，这本身也是工匠展现技艺之处



连结人与人、 日常生活——桥



▲ 与自然共鸣的木结构五连环锦带桥。

日本的桥梁建设是享誉世界的技术之一。日本人不屈服于前进道路上的重重困难，不断实现梦想，建起了一座座桥梁，它们在日本各地连结了无数人的日常生活。

锦带桥

锦带桥是架设在山口县岩国市锦川上的五连环木桥。长约 200 米，宽约 5 米，中央的三环呈拱形。这种优雅的建筑结构就好象锦缎的丝带一样美丽，据说锦带桥的名字便是由此而来。桥梁的拱形结构使用六种优质精选木材和不易生锈的特殊金属配件，同时，即使是以现代桥梁建设的标准来看，也堪称是极为卓越的工程技术典范之一。

锦带桥的诞生，始于人们想要建造一座不会被冲走的桥梁之热情，是技术的结晶。大约从 1600 年起，人们便多次架设了桥梁，但屡次因洪水的泛滥，桥被冲走了。为了建成一座即使河面宽阔、水流湍急也不会被冲走的桥梁，人们开始研究无墩拱桥。研究的结果是在河上建造四个砖石垒砌起来的岛，用来支撑五座桥梁，也就是今天的样子。桥墩设置在水流较弱的河两端，中间建造了三座没有桥墩的拱桥。从构思到竣工大约花了 10 年时间，于 1673 年锦带桥终于完工了。

然而，这座桥仅在一年后便被冲走了。人们随即对砖石垒砌的桥墩基座加以改进，并架起了更坚固的桥梁。其后，它在长达 276 年的岁月里屹立不倒，直到 1950 年因大型台风而被冲走。重建于 1953 年的锦带桥再现了约 350 年前建造当时的样子，并保留到今天。

日本三大名桥

锦带桥与长崎县的眼镜桥、东京的日本桥齐名，一起被誉为日本三大名桥。

五连环的拱桥演绎出富于韵律的美丽造型，大自然以此为背景展现丰饶的景色，您可以观赏到四季变换的绝色美景——春季的樱花，夏季的烟花，秋季的红叶和冬季的雪景。



①



②

- ① 由下往上眺望，可以看到构成桥梁的木材组合成复杂的结构。
② 穿越桥梁，眼前展现拱形的陡峭斜坡和台阶。

照片：PIXTA



②



③

- ① 每到晚上，可眺望锦带桥灯光秀的梦幻情景。
② 代表长崎的观光景点之一——眼镜桥。
③ 在建造时，日本桥被作为五条干道的起点。日本桥上空高架桥的拆除工程预计将于 2040 年完成。



结缘之地

缘，是指人与事的关系、关联与纽带等。想邂逅心仪的恋人，想遇到喜欢的工作。想跟家人和朋友幸福长久、和睦共处……让我们出门走走，寻访日本的结缘名胜，来实现这种种祈祷和心愿，缔结美好之缘吧。



白兔神社（鸟取市）

这里到处保留着一则神话的痕迹——受伤的白兔得到神灵的帮助，故事来自于日本现存最古老的书籍《古事记》。同时这里也是赫赫有名的日本最古老的恋爱故事之地。

鸟取
鳥取



长崎

長崎

眼镜桥（长崎市）

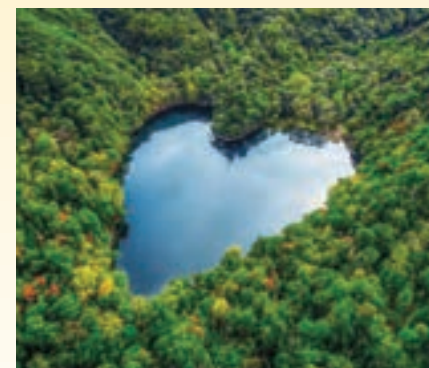
日本第一座拱形石桥，建于1634年。名字的来源是因为映照在河面上的倒影看起来像眼镜。据说，如果能在河堤上找到心形石头，就能实现自己的愿望。



知林岛（指宿市）

知林岛是浮在鹿儿岛湾的一个无人岛。只有在3月至10月的退潮时，才会出现约800米长的沙路。它被誉为是可以步行渡海的结缘之岛，受到人们的喜爱。

鹿儿岛
鹿児島



丰似湖（幌泉郡）

从上空眺望辽阔的原生林环绕的湖面，宛如一个巨大的心型，故而作为恋爱有成的景点而广为所知。

北海道
北海道



福岛
福島

毗沙门沼（耶麻郡）

毗沙门沼属于五色沼湖沼群之一，湖里栖息的白色鲤鱼身上有红色的甜心图案。如果运气好能亲眼看到，据说就能得到幸运之神的宠幸，故而吸引了众多游客。



埼玉
埼玉

三重
三重

见江岛展望台（度会郡）

只有在伊势志摩国立公园的见江岛展望台才能看到的绝色风光——美丽的Kasaragi池呈心形的海湾。这里也被称为恋人的圣地，您可以用钥匙将“誓爱之锁”锁在设置的锁架上。



川越冰川神社（川越市）

每年到了7～8月份，两千多个江戸风铃叮叮当当，奏出清凉的音色。在此处举办的婚礼有一个独特的仪式，是用红色的线把新人的左手小拇指缠绕在一起。

连结华美绽放的心 茶巾寿司

▼用鸭儿芹等像腰带一样把嫩黄色的衣服扎起来，宛如女儿家优雅的打扮，在三月三桃花节等时候，这是一道用来祝愿女孩成长的人气食谱。



▲为了让成品呈现美丽的色彩，茶巾寿司使用经特别配方的鸡蛋制作而成，其雅致的口感别具特色。



▲继承了古老传统风味的主厨佐佐木广巳先生
协助：赤坂 有职



▲用容易弄破的煎蛋皮细心地包起来，再用海带扎住

茶巾寿司是用薄薄的煎鸡蛋，包裹拌了配料的米饭制作成的寿司。茶巾是指在茶道中用来擦拭茶碗的长方形布块。这是将蛋皮比喻成茶巾，故而取名为茶巾寿司。

大约在 100 年前，一位在皇族之家侍奉的厨师，在茶道集会上设计了这道餐点并博得了好评，这便成为茶巾寿司的起源。

茶巾寿司的米饭使用经醋、盐和糖调味后的醋饭。与米饭混合的主要配料有葫芦干（晒干的葫芦果实）、切碎的香菇、芝麻等，另外还可以加入烤加吉鱼的鱼肉和拆好的螃蟹肉等滋味丰富的山珍海味。

将米饭握成圆球之后，春季到夏季期间是在上面放一颗又大又甜的煮豆子，名叫“花豆”，秋季是放一颗糖水煮栗子，再用一张薄薄的煎蛋皮包起来。最

后，用一根切成细条的海带扎起来，以防止米饭溢出。调整形状后，一个茶巾寿司便做好了。

如今，人们对原来的茶巾寿司添加了各种各样的装饰和花色，并在跟家人和朋友聚餐时享用多彩的食谱。与米饭混合的食材以及如何食用均取决于喜好。这是一道给餐桌带来笑容的美食。



人、历史、自然连结为一体之城 日光

日光，以其世界遗产神社和庙宇而闻名，是一个自然资源丰富的风景名胜之地。让我们聆听清澈见底的水流潺潺，漫步在富于起伏的城市景观中吧。



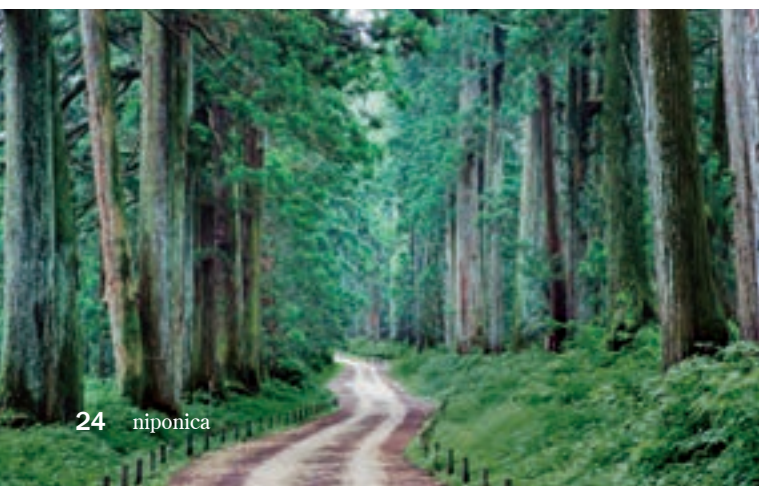
▲ 阳明门的白龙雕刻

位于栃木县西北部的日光市，每年有超过一千万人次的国内外游客造访这里。

日光的地势有着巨大的高低差，从海拔约 200 至 500 米的市区到拥有 2,578 米高的最高峰白根山的日光连山。因此，樱花的盛开和红叶变红的进程有一定的时间差，人们可以在城市的各处长时间欣赏到樱花和红叶。

日光柳杉林荫道虽然地处市区，却能领略到宛如时光倒流一般的旅行乐趣。这条街道由全长约 37 公里

▼ 日光柳杉林荫道



的三条街道组成，分别是日光街道、例币使街道和会津西街道)，两侧约有 1 万 2 千棵巨大的日本柳杉连绵成行。它也作为世界上最长的林荫道被收入吉尼斯世界记录。即使是植树后经过了大约四百年岁月的今天，在这三条道路上，仿佛还可以听到旅行者的气息，而这三条道路均通往被视作日光象征的日光东照宫。

以日光东照宫为代表的“日光的神社与庙宇”，由日光二荒山神社和日光山轮王寺的 103 座“建筑物群”及周围的“遗迹（文化景观）”构成。神社建

▼ 三只猴子以“不见、不言、不闻”表现了日本的古训



▼ 坂下门的睡猫。据说人们在猫咪享受日光浴并打盹的模样中，倾注了祈祷和平的心愿。



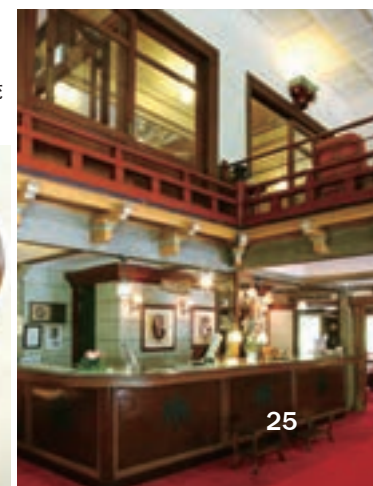
筑是由德川将军家族（江户幕府的中心，自 1603 年德川家康成立以来一直延续到 1868 年）耗费了巨大的财富和权利建造而成，融入了人们对自然的愿望。

在日光东照宫，最引人注目的当属以华丽色彩装饰的阳明门。它建于 1636 年。集结了当时一流的金属工艺和漆器工艺师的精湛技术建造而成。在日光东照宫，邂逅各种动物的雕刻和绘画也是乐趣之一。仅人和动物等精美绝伦的雕刻就超过 500 件。

在“日光神社”的入口附近，有许多历史悠久的

建筑，如创建于 1873 年的老字号旅店，它曾经开创了日本度假酒店的先河，还有出售传统日光工艺品的纪念品商店等，人们可以在此体会到复古而现代的气氛。

▼ 老字号“日光金谷酒店”的前台让人感受到悠久的历史



▼ “百年咖喱饭”再现了秘密配方的传统口味



▲ 日光的象征——日光东照宫的阳明门





▲ 伊吕波坂是红叶时节的人气景点



上／华严瀑布激起千尺浪花，发出波涛的巨响

下／战场之原被注册为拉姆萨尔公约*的湿原

* 尤其作为水禽栖息地，在国际上具有重要地位的湿地的相关公约



▲ 中禅寺湖可欣赏四季的自然风光

伊吕波坂是一条连接日光市区和奥日光的旅游公路。上下山专用的两条斜坡总计有 48 处陡峭的拐弯，是秋季红叶季节的热门景点。在拥有众多瀑布的日光地区，人们可以在各处看到瀑布以美丽的大自然为背景飞溅而下、激起浪花的景象，但其中最著名的是华严瀑布。中禅寺湖的水从 97 米高的山崖上一泻而下的景象令人叹为观止。此外，位于周边的战场之原，是 400 公顷的辽阔湿地。在多个位置均设置了观景点，您可以亲身体验到宏伟而富于变化的自然风光。

如果您想品尝日光特色的著名菜点，“汤叶（豆腐皮）”将是首选。汤叶是将豆浆煮至浓稠，从表面拉起形成的薄膜制作而成。日光有许多神社和庙宇，汤叶作为禁忌荤腥的僧人们获取蛋白质的宝贵来源而广泛传播。日光的汤叶非常厚实，吃起来分量充足。可以直接蘸酱料生吃，也可以炖煮或制作成油炸食品来食用。另外，日光也被誉为刨冰的圣地。使用在冬天的严寒中徐徐冷冻形成的优质天然冰块制作而成，

拥有超过两百年历史的老字号“高井家”的汤叶料理



▲ 顺着鬼怒川的溪流漂流而下，惊心动魄

游客可全年享受到蓬松的口感。

鬼怒川被山谷的壮丽美景所环绕，人们可以在激流中享受刺激心跳的漂流运动。该地区还拥有众多泉量丰富的温泉，充满了丰富的自然资源，疗愈和温暖着人们的心灵。

在日光市，为了建造了众多的神社和庙宇，拥有精湛手艺的工匠们从日本各地聚集到这里。这些手工艺作为当地的传统工艺扎根发芽，传播醇厚的品味。

日光雕的特点是使用特殊的刻刀，刻出流畅的曲线，再用日光独特的朱红色油漆上色，同时充分体现木材的美丽纹路。

日光木屐是将进入神社和庙宇时所穿草履的鞋底，跟木屐组合在一起制成，草履的表面由竹皮编织而成。其设计有助于防止在多雪、多坡路的日光走路时滑倒。

代表日本的观光胜地——日光。从首都东京当天即可来回，交通的便利应该也是其人気の理由之一吧。



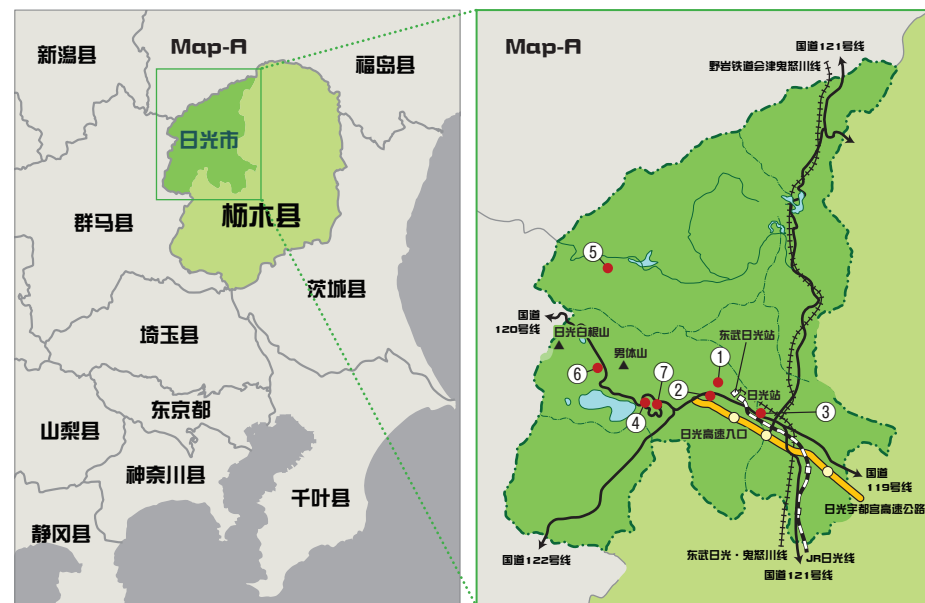
▲ 日光雕



▲ 日光木屐



▲ 将天然冰削成细碎的刨冰，配上煮过后冷冻的草莓，最是甘甜清凉



日光地区地图

- ① 日光东照宫
- ② 日光金谷酒店
- ③ 日光柳杉林荫道
- ④ 华严瀑布
- ⑤ 奥鬼怒温泉乡
- ⑥ 战场之原
- ⑦ 伊吕波坂

●交通指南

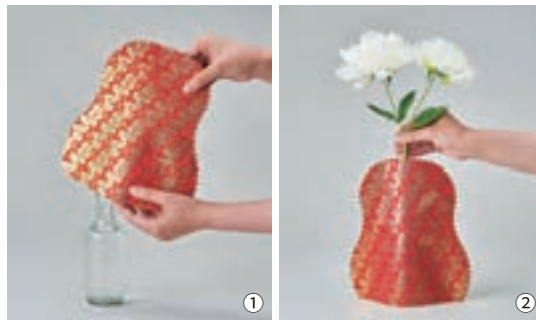
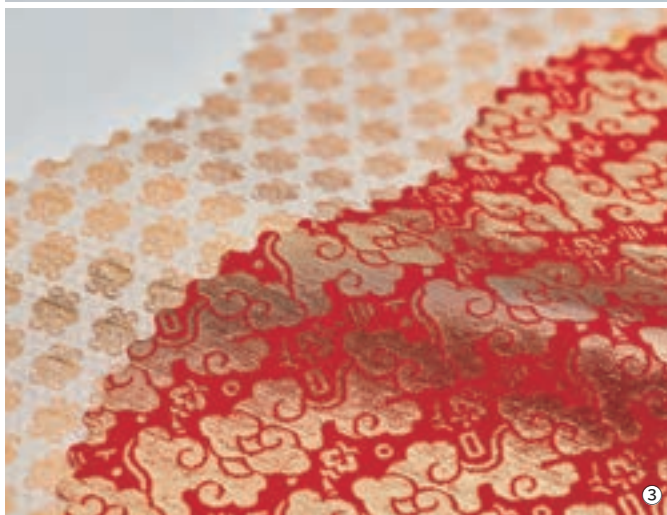
东京（新干线 50 分钟）⇒ 宇都宫（JR 日光
线约 40 分钟）⇒ 日光站
浅草（东武特急约 2 小时）⇒ 东武日光站

●问询处

日光市观光协会事务局
<http://www.nikko-kankou.org/>



美丽的织物制成一片器皿 插花器皿



装饰花朵，感受季节的变化。由挂轴诞生的“一片插花器皿”，让人们随时随地轻松享受这种乐趣。即使没有专用的插花器皿，也可以将其盖在家中的空瓶上，让瓶子摇身一变成为精美的插花器皿。

挂轴是通过将美丽的布粘贴在书法或绘画等作品的周围，使其成为可悬挂在墙上的装饰品。此时使用的日式花纹织物被称为“表装裂”，用于插花器皿的就是该织物。它有各种各样的图案，如以云和水等自然形态制作的图案，以梅花和松树等植物为题材的设计，这种织物使用豪华的金线和经各种传统颜色染色后的线编织而成，作为室内装饰也独具魅力。

- ① 在空瓶子等里面装上水，盖上“插花器皿”
- ② 插花便完成了
- ③ 这幅表装裂的图案被称为预示着好兆头的“祥云”

协助：鸟居株式会社、IGARASHI DESIGN STUDIO