

## 自然と歴史

三徳山は高さ 899.7 メートルの山で、自然のままの森林景観と山岳信仰の長い歴史で知られています。山麓にある三佛寺は 706 年に修行者のためのお堂としてつくられました。今日でも参拝者は急な崖をのぼり、この寺で六根清浄のお参りをします。

投入堂と呼ばれる奥の院は、1000 年以上前に建てられ、国宝に指定されています。この小さな木造の寺院は原生の広葉樹林に囲まれていて、魔法のように崖にしがみついています。寺院の撮影で有名な写真家、土門拳は投入堂を国内でもっとも素晴らしい建物として賞賛しました。投入堂という名前は、「Throw In Hall」を意味します。地元の伝説によれば、修験道の開祖である役行者によって建てられました。役行者は山のふもとにお堂をつくり、それを彼の力で非常に小さくしてから崖に投げつけた。お堂が岩を打ったとき、今日私たちがしている投入堂になりました。

崇拝の対象であるため、三徳山の自然は伐採などされず、原始的な自然のまま保存されています。この山では、イヌワシやブッポウソウ、アカショウビンのような多種多様な鳥が見られます。

## アクティビティ

三佛寺では、座禅や写経のような、仏教の修行が体験できます。本堂から投入堂までの道は険しいため、ハイキングブーツがおすすめです。アクセスには入山料が必要で、冬は閉山しています。この地域にはほかにも三朝温泉コース、小鹿溪コース、俵原高原コースのような、さまざまなウォーキングコースがあります。ハイカーは近くの三朝温泉で体を休めることができます。三朝温泉は三徳山とともに日本遺産に指定されています。ここのミネラルウォーターは世界屈指のラドン濃度です。ラドンとは身体の免疫システムを改善すると考えられている弱放射性物質です。