

自然與歷史

高 899.7 公尺的三德山，以原始的森林景觀及悠久的山岳信仰而名聞遐邇。山腳下是一座為修行者而建的寺廟——三佛寺，於 706 年創建。時至今日，仍有參拜者為了六根（眼、耳、鼻、舌、身、意）清淨，不惜攀登陡峻的懸崖，涉險前來參拜。

取「投入堂」之名的內殿，建於 1000 多年前，被指定為「國寶」。這座小巧的木造寺院彷彿被施了魔法一般，神奇地攀附在崖壁上，周圍遍布著原始闊葉林。以拍攝寺院而聞名的攝影家「土門拳」（1909-1990），稱讚投入堂是日本國內最美的建築物。「投入堂」意為「投擲而入」。據當地傳說，投入堂由修驗道的鼻祖役行者（634-701）所建。役行者在山麓建造佛堂後，施展神力將其縮小，並拋向懸崖，佛堂撞擊岩壁，從而造就了如今的投入堂。

由於備受崇信，三德山周圍的大自然未遭採伐，至今仍保留著原始的自然地貌。身處三德山，能夠觀察到各種各樣的鳥類，如金雕、三寶鳥、赤翡翠等。

戶外活動推薦

您可在三佛寺體驗坐禪、抄經等傳統佛教修行。從正殿到投入堂的道路險峻難行，建議您穿登山靴前往。登山需入山費，冬季則會封山。該地區還開闢了三朝溫泉路線、小鹿溪路線、俵原高原路線等各種徒步登山路線。附近的三朝溫泉為登山者提供了放鬆休憩的絕佳環境。三朝溫泉與三德山均被指定為「日本遺產」。這裡的礦物質泉水含有微弱放射性物質「氡」，據說可提高人體免疫力。此處泉水的氡濃度號稱世界最高，令當地居民引以為傲。