

长距离健行步道：苦行之道

千余年来，在此潜心修行的僧侣留下的无数足迹，成为连结半岛群山的珍贵道路遗产。僧侣的修行活动称之为“峰入”（意指行于山脊），如今约每十年进行一次。修行者将朴实无华的“峰入”修行路线称为“峰道”，而由此前往各寺院也必需耗费大量体力。2010 年 3 月 30 日至 4 月 4 日，在为期六天的活动中，30 多名天台僧与 100 多名一般修行者，走遍了长达 150 公里的险峻山峦与谷地。现在更以这条峰入道路为基础，增设了可享受健行及散步乐趣的登山道与散步道。经过了轻松舒适的步行路径的规划，如今的“峰道长距离健行步道”共分为十区，总长度约 135 公里。

选择登山路线

长距离健行步道共划分为十段行程，如选择丰后高田的四段行程，不但能感受该地处处洋溢着的灵性氛围，还可在享受健行之乐的同时，一览这些充满象征意义的秀丽景色。该地区亦荣膺世界农业遗产，除了自然景观之外，还融入了数世纪传统农业形成的文化、风景、观光及自然条件，更可一窥先人为适应当地环境而发展出的丰富智慧。路线囊括所有重要景点：譬如最南端的路线，从熊野磨崖佛绝壁所刻的佛像开始，途经拥有宏伟佛像的真木大堂，以及田染庄所在的清凉山涧；其他路线则经过富贵寺、天念寺等历史悠久的建筑。各路线长度从 10 公里至 15 公里不等，同时，路线长度与难易度没有直接关系。有些路线轻松惬意，可悠然漫步其中，有些路线则必需依靠垂直岩壁中的锁链才能继续向上攀登。