

神秘的「御來光」：高山觀日出

日語中，高山日出有個專用詞，叫「御來光」。早在有文字記錄之前，苦行者、僧侶和虔誠的俗家修行者們就已登上日本的各座高峰，他們冥想、祈禱，並目睹最為振奮人心、充滿精神力量的場景——日出雲海，金光萬丈。

登高看日出在日本人的宗教信仰和民族意識中具有重要意義。在神道教中，太陽是天照大御神，祂是天上的主宰、皇室先祖。在日本密宗佛教裡，宇宙之佛「大日如來」與太陽有關。此外，日本的「日出之國」之名也歷史悠遠。早在西元 607 年的推古天皇時代，聖德太子（574-622）攝政，他派遣隋使至中國，寫給隋煬帝的國書中即已自稱「日出處天子」（見《隋書·倭國》）。直到 1400 多年後的今天，日本對日出的崇拜仍然是國家文化、歷史和精神特質的一部分。

如今的遊客不再需要像早期登山者那樣歷盡艱險才能登上乘鞍岳的最高峰迎接御來光。7 月下旬至 9 月中旬，天亮前都有御來光客運（日語為「ご来光バス」）從長野和岐阜縣的轉運站出發，到達乘鞍岳疊平轉運站的車程都在 50 至 60 分鐘之間。從疊平健行至山頂（劍峰，3026 公尺）的路途相對輕鬆，需時約 90 分鐘。客運運行的時間點專為觀賞日出而設定。

乘鞍岳日出時刻：

7 月：4:50 左右

8 月：5:00 左右

9 月：5:20 左右

準備行李時切記，即使在盛夏，山頂也可能相當寒冷。