

神秘的“御来光”：高山观日出

高山日出在日语中有一个专用词，叫“御来光”。早在有文字记录之前，苦行者、僧侣和虔诚的俗家修行者们就已登上日本的各座高峰，他们冥想、祈祷，并目睹最为振奋人心、充满精神力量的场景——日出云海，金光万丈。

登高看日出在日本人的宗教信仰和民族意识中具有重要意义。在神道教中，太阳是天照大神，她是天上的主宰、皇室的先祖。在日本密宗佛教里，宇宙之佛“大日如来”与太阳有关。此外，日本的“日出之国”之名也历史悠远。早在公元 607 年的推古天皇时代，圣德太子(574-622)摄政，他派遣隋使至中国，写给隋炀帝的国书中即已自称“日出处天子”（见《隋书·倭国》）。直到 1400 多年后的今天，日本对日出的崇拜仍然是国家文化、历史和精神特质的一部分。

如今的来访者不再需要像早期登山者那样历尽艰险才能登上乘鞍岳的最高峰迎接御来光。7 月下旬至 9 月中旬，天亮前有御来光巴士（日语为“**ご来光バス**”）从长野和岐阜县的汽车站出发，到达乘鞍岳畳平汽车总站的车程都在 50 至 60 分钟之间。从畳平徒步至山顶（剑峰，3026 米）的路途相对轻松，需时约 90 分钟。巴士运行的时间点专为观赏日出而设定。

乘鞍岳日出时刻：

7 月：4:50 左右

8 月：5:00 左右

9 月：5:20 左右

准备行李时切记，即使在盛夏，山顶也可能相当寒冷。