

戸隠と長野エリア

あまみトレイルにはいくつかの登山口があるが、ハイカーの多くは新幹線へのアクセスや登山用品店が近くにある長野駅から歩き始める。トレイルは長野市を抜け、途中いくつかの主要な信仰スポットに立ち寄る。

642年に創建された善光寺は、浄土信仰を实践する最古の拠点のひとつである。この寺には300年前の木像があり、その顔は、病氣平癒を祈願する信者の手によってなめらかに磨り減っている。

善光寺からは戸隠古道の一部を辿り、戸隠神社へと続く参詣道となる。戸隠神社は戸隠山一帯に鎮座する神社で、地殻変動で隆起したプレートがぶつかり合ってきた険しい山である。修験者たちは長い間、この山の険しい崖やその他の危険の中で精神修養に励んできた。

賑やかな善光寺や戸隠神社の森を抜けていくと、木造の寺社仏閣の装飾は渋いものから精巧なものまで様々なものがある。寺の外には香ばしいおやきを売る屋台や、戸隠高原で栽培されたソバを提供するレストランもある。

この山で発達した戸隠流忍術を展示しているのが、戸隠流忍法資料館だ。資料館では、ハイカーは先に進む前に忍術を試すことができる。