

日本，

隐逸的日常

我们所度过的每一个日常
也许就是连续发生的奇迹

物蜂窝出品 出品人 / 陈罡 吕刚 主编 / 王家敏

回本， 隐逸的日常

蚂蜂窝出品

出品人/陈罡 吕刚 主编/王家敏

图书在版编目 (CIP) 数据

日本, 隐逸的日常 / 蚂蜂窝, 王家敏编著. — 北京:
中信出版社, 2016.7

(旅行美学)

ISBN 978-7-5086-6110-0

I. ①日… II. ①蚂… ②王… III. ①旅游指南—日本

IV. ① K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 077237 号

日本, 隐逸的日常

编 著: 蚂蜂窝 王家敏

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者: 鸿博昊天科技有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印 张: 11 字 数: 88 千字

版 次: 2016 年 7 月第 1 版 印 次: 2016 年 7 月第 1 次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-6110-0

定 价: 48.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由销售部门负责退换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com

旅行美学

蚂蜂窝 自由行

出品人 / 陈罡 吕刚

主编 / 王家敏

编辑 / 李晨 刘航 余晓艺

实习编辑 / 杨尚琼 王媛媛

设计 / 庄岩 刘婷

插画 / 赵航 张昭

封面装帧 / 陈忱

封面摄影 / 粒粒甜 西西里

图编 / 庄岩 张文翔 周轶萌

鸣谢 / 日本国驻华大使馆

策划编辑 / 杨爽

文字编辑 / 杨爽 刘欢

营销编辑 / 巴杨 刘畅

责任印制 / 刘新蓉



旅行美学服务号

日常之美

简素与日常的可能性 / 程璧	008
与神怪共居的日常 / 刘枬檬	012
日本国民文化中的禅意 / 张石	018
符号帝国 / 刘柠	022

日式生活

风物诗，四季流转 / 常梦虹	030
和风旅馆，定格的江户时代 / 刘枬檬	040
露天風呂，冰与火之歌 / 李贤文	046
做平安时代的少女 / Cheer	052
一期一会，寻茶之旅 / 彭蕾	056

多谢款待

执着的料理人 / 工藤英良 [日]	064
食材与阳光 / 薛婷	070
寻味日本米其林 / 叶酱	074
日剧中的别样日料 / 洪玮	078
行家养成，江户及现代日料 / 常梦虹	082

匠人如昨

用之美，一只诧寂的杯子 / 周华蕾	096
琳派，庙堂与街头的和风审美 / 秦旬	102
传统民艺与现代设计的双向运动 / 潘丽	106
现代陶艺家对话 / 安藤雅信 [日] 大谷哲也 [日]	110
杂货杂货 / 胡大暖	116

敬畏之心

从熊野古道开始 / 胡赉	124
结界高野山 / 张瑜	128
古都寺院寻踪 / 杨尚琼	134
四国，人生即遍路 / 唐大年	138

“饭”

正仓院里的唐朝 / 黎文	144
奈良美智，与青森犬的约会 / 漆菲	150
日本铁道的南与北 / 彭嘉启	154
开往北国的列车 / 凉夏	158
追风少年的离岛骑行 / 唐人立	162
并非虚幻的幕后之神 / 叶子	166



© 西西里

有鹿来

石路寻芝熟，柴门有鹿来

日本的精神内核在唐宋
如舒国治京都旅行所感
作湖山一日主人
历唐宋百年过客

除却繁华的都市

前往熊野古道、高野山、四国遍路
或能触及日本的精神世界





◎ 青山

用之美

一生悬命，一生只做好一件事

精益求精的「匠人之心」

仍是不断改良翻新的现代化商品大潮中
日本制造骄傲的灵魂所在

如柳宗悦所言

民艺品中含有自然之美

当美发自自然之时

当美与人交融之时

当美成为生活的一部分时

才是最适合的人类生活



© 刘芳

北国而来

「你好吗，我很好」

北国总是与日剧有关

《情书》里的小樽

保留着少年时纯粹的初爱之美

而《母亲》里

松雪泰子领着小爱菜

乘坐寝台列车

穿越冰封雪原逃亡札幌

年轻的情侣牵着手

就像是万物起源的样子





の美

日常

之美

日常

在东京旅行时，拜访了一位日本友人家。他的父母退休后从东京搬到山梨县北杜乡下长居，每日与高山、花鸟、农田为伴，相随的还有年纪15岁的狗“多拉”。天气晴朗时，有微风，站在自家院子就可以远望富士山。正值秋日，他们把晒干的麦穗秸秆挂在厨房玄关，用晒干的苞谷叶子扎成玩偶装饰。我们比画着交流，春夏季院子里鲜花肆意，他们随手摘来装点屋里陈设；到了冬天，窗外积雪成山，他们会整理一年的随手拍做成明信片，新年到来前寄给亲朋好友，送上祝福和感谢。妈妈手艺巧，常常编织各种水果造型的杯子垫，每周还去社区学校教授编织手工艺。爸爸打理的开放院子里有鸟屋、狗屋、草地、小径，他还自己动手打磨出木碗、勺、盘子等厨具器皿，把生活过成了诗意。我双手合十坐在精致的餐食前，有着作为客人被主人悉心款待的暖心，却又知道，他们不只是为了待客才把饭食做成艺术品，日常餐食也是一样考究的食材和色彩搭配。

初识日本时，被一句“春日河川上”迷住，这是日本有名的俳句。后来得知，就算是素人也能写出“落叶中流出禅问答”这样优美的俳句来，那么友人父母对美的感知也就不足为怪了。在京都几日，恰与龙安寺的“枯山水”不期而遇，算是找到了日式审美的来处。读了《金阁寺》后，又在这美中读出悲情，日本的光怪陆离，怕是从极致美中崩坏而来。这些皆有来处的趣味，激起了旅人的探究心，自此我便笃定了，无论是友人父母那个日常的日本，桥野俊明那个禅意的日本，三岛由纪夫那个阴郁的日本，或是山本耀司那个崩坏的日本，这些似曾相识又疏离的日本，值得一再探访。

友人问及下一次的日本之行，我倒是一个不太有计划的人，在钢筋城市里住久了，想象力也有了匮乏的迹象。偷懒的办法，便是老老实实循着四季。夏日炎炎，只盼望着和友人相约去京都贵船河川边，搭着凉棚，吃一席流水素面。

TEXT 王家敏

简素与日常的 可能性

简素、そして日常の可能性





程璧

TEXT

毕业于北京大学外文系，旅日音乐人，独立民谣女歌手，用一把古典吉他以诗歌谱曲，这把吉他来自日本手工工艺者。2015年3月，发行专辑《我想和你虚度时光》。

2013年秋天，我在原研哉设计研究所工作。原研哉先生是我非常喜欢和敬仰的设计大师，能够去他的工作室工作，可以说是我毕业后选择直接去东京生活与工作的主要原因之一。他身上有着浓厚的学者气息，反应敏捷，讲话思辨，也许这与他同时在武藏野美术大学开设课程有关。他著有《设计中的设计》一书，里面是他历年的设计作品与展览概念的集合。

日式审美的现代设计作品，将日本传统美学的特质表现得淋漓尽致。记得业内总结日本设计的7大原则，分别是不均整、简素、不迎合、自然、幽玄、脱俗、静寂。其中，“简素”几乎是现代日式设计外观的一致风貌——从不使用吸引注意力的色调或者夸张的装饰，仅仅是黑白灰的不同饱和度与透明度的呈现，以及温和的原木棕或者植物绿。

这种“简素”的背后，与日本传统美学不无传承。由大师千里休所奠基的日本茶道，讲究“和敬清寂”，是一种做减法的美学。一处陋室，简单的茅草屋，小到只能弯腰才可进入的门，是对当时权贵地位的一种温柔反抗：任何人，只要进入茶室，就要忘掉身份，不分等级与卑贱，平等相待。茶室内只安置一枝花，让茶客去想象整个春天；仅放置一碗清水，却隐喻了整个春日的湖面。

还有日本独特的枯山水庭院。所谓枯，是说布景中并没有活的植物和真的水，将“简素”发挥至如此。去京都龙安寺就会看到这样的场景：整个庭院，仅仅用一池白沙和中间放置的数颗石头来呈现。白沙在日本神社里非常常见，这与神道思想不无关联。在日本的本土信仰里，海洋是他们的精神原乡，原初社会的一切来自海洋，无论是生活道具还是食物。白沙便是海洋的象征，错落排列在白沙中的石头，人们把它想象成岛屿。于是，在仅仅数十平方米的狭小枯山水庭院里，看到的却是整个浩瀚的海洋，简洁又难以观其全貌。

除了“简素”，还有一个是“日常”。原研哉自己曾经说过，“我是一个设计师，可是设计师不代表我是一个很会设计的人，而是一个抱持设计观念来过生活的人、活下去的人。”而媒体也评价他是以一双无视外部世界飞速发展变化的眼睛来面对“日常”的人。

“RE-DESIGN”是他在2000年担任“RE-DESIGN”（21世纪日常用品再设计）策展人时提出的设计概念，即用陌生的眼睛来对待司空见惯

的日常，并重新加以设计。无印良品的很多产品即来自于此。例如一卷卫生纸，我们习惯的是圆柱形，而“RE-DESIGN”系列将其重新设计为四角圆润的方柱形。这样既不易滚动，又节省空间。

这种看重日常的审美，体现在日本的各个领域。不仅是设计，也在摄影领域。荒木经惟出版的第一本摄影书，拍摄的是寻常街道里的普通男孩们。他们在镜头前的表情都是日常的，或嬉笑，或不经意地转头，或调皮地直视相机，不会给人刻意感，非常放松，让人感觉到书里还有着当时热腾腾的日常气息。

川内伦子的相机镜头下也捕捉到大量的日常。张开嘴的鱼，绷直的细线，剃了毛后耷拉下的鸡头，烟花绽放的刹那……给人的印象，似乎都是常常被忽视的琐碎日常，但在这司空见惯的场景中，她捕捉住了那暗暗隐藏着的一股张力。

在音乐领域，也可以看到“日常”审美的发挥。我在东京认识了很多有意思的独立音乐人，其中一位名字叫福原希己江，她就是日剧《深夜食堂》里那位安静地唱着插曲的歌者。我在东京三鹰市的音乐时间咖啡馆遇到她。她做了一张专辑《好吃的歌》，里面每一首歌的名字都是一道菜，讲述着和这道菜相关的她的日常和情感。她的声线不甜不腻，自由朴素，和弦走向毫不扭捏，听者的思绪却会跟着她的旋律翩翩起舞。

另外还有诗歌中的“日常”。金子美玲是日本的一位童谣女诗人。她的诗歌在用词和场景表述上非常细腻和生活化。比如《心》，她写道：“妈妈是大人／但妈妈的心很小／因为她说／有我就装满了／我是小孩／可我的心很大／因为虽然我还没有像妈妈那样也变成大人／可我的心里已经装了很多事情了”。就是这种类似于口语化的表达，简单、直白，但又是那么直抵人心，令人动情。

其实注重日常审美最早还要追溯到平安时代，日本两大古典随笔之一，清少纳言所著《枕草子》中有着大量日常生活片段的记录。写时节，写虫，写插秧，写可爱的东西，写得意的事，也写难为情的事。任何一件小事在作者看来，都是“颇具情味”的。开篇写四季：“春，曙为最，逐渐转白的山顶开始稍露光明。夏则夜，有月的时候自不待言，无月的夜，也有群萤交飞。若是下场雨什么的，那就更有情味了。”



不仅是在千年以前的平安时代，直到如今，注重日常的审美依然渗透于日本生活的方方面面，包括对四季风物的充分感受，以及传统节日在人们日常生活中的鲜活存在。

春日樱花盛开之时，人们会成群结伴去樱花树下喝酒畅谈。东京的目黑川是赏花的名所，樱花落下的时候，目黑川几乎变成一条樱花瓣的河流。夏天的夜晚，日本各地盛行举办花火（烟花）大会。到了那一天，年轻的男女都会身着传统日本浴衣，拿着纸扇，踩着木屐，在河边席地而坐，等待烟花升上夜空。

还有一年，我和朋友去往镰仓，四周全是浓郁的绿和湿润的空气，走着走着就到了晚上。我们在海边一家小店吃了刺身和海鲜沙拉，不久便听到远处“咚咚”的太鼓声。原来是镰仓地区的传统节日，众人着装到位，头戴发箍，脚着木屐，抬着御神舆，喊着号子，仪式感十足，却又与如今的生活日常融合得那么恰当，令人恍惚间不知身在何处。

与神怪共居的日常

神様と妖怪と共にある日常





刘栢檬

TEXT

历史文化控的书虫一枚，重度日迷，偏爱倒腾日本色彩学和鬼神观，追起祭典就浑然忘我找不到回家的路，码过两万家日本酒店数据，脑中自备日本最佳旅行路线数据库。

在日本这片土地上，就算你仅做了短短数日的旅人，也会惊奇地发现，自己那么频繁地被提醒或被暗示着，“举头三尺有神明”。是的，日本人的日常生活，是和神怪共居的。在日本，你很容易寻觅到禅宗的踪迹，但与我国中原佛教那种肃穆感相比，日本的神道教和佛教并盛，衍生出一种和神怪相处的可爱自在。

吃饭前，从孩童到老人，都乐此不疲地对着餐食毕恭毕敬地来一句“いただきます”（我开动了），然后动筷进食。这种颇让人纳闷的自言自语，其实是在表达谢意，一是对料理人辛苦准备的感谢，另一个感恩的对象就是食物了：谢谢你以己命续我命。食物也有意志？食物上还有神明寄居呢，日本人最常吃的米饭里，就藏着 88 位神明呢（“米”字上中下拆解开，为八十八）。受万物皆有神灵寄宿的神道观影响，屋子里伸手可触的笤帚、盆钵、屏风乃至灯台，历经百年吸收了天地灵气也成了“付丧神”，夜间就恶作剧地游荡起来，这就是传说中的“百鬼夜行”，倘若夜归人不小心遇到，就得悄悄地屏住呼吸等它们散去。如今，每当盛夏七八月份，京都高台寺就张挂起百鬼的长灯笼，上面绘制着吐着舌头的独脚伞，冒着鬼火的幽灵，活蹦乱跳的独目小僧，还有本色出演的灯笼怪。

神怪故事，似乎总有种让人津津乐道的魔力，座敷童子、河童、雪女依旧活跃在孩子们睡前的小剧场里。假如看到菜单上颇为奇怪惊悚的吃食，如“绿河童”和“河童细卷寿司”，你可别惊慌失措，以为盘子上会陈列着河童本尊，连日本的小孩子都知道，这只是用河童爱吃的黄瓜做的“腌黄瓜”和“黄瓜寿司”。东兴锦糸堀公园里还保留着一尊河童雕像，作为“本所七大不可思议”的遗迹之一，剃着圆盘头、鸟嘴、背着龟壳的小家伙，正是恶作剧的主角。夜晚返途的渔夫们途经这里，听到“放下筐子，放下筐子”的呼喊声后落荒而逃，等到折返回来，肥鱼早已不翼而飞。不禁遐想，假如小妖兽真的出现在这里，怕是也像《河童之夏》里的河童小咕，看着面目全非的现代社会便惊慌失措、逃之夭夭，一口气溜到人烟稀少的冲绳森林。

但是，在京都，也可能有那么几只大胆的狸猫，混进了人类社会！京都街角巷落的店铺旁，有尊信乐烧狸猫，活灵活现的，好像下一秒就要拍