

小时候，第一次和父母到日本旅游，在那略有些古旧的传统日式木造老旅馆里满怀新鲜地度过了两天一夜、一泊二食后，便从此深深恋上了日本温泉旅馆特有的舒适氛围。那种充满怀旧意味的老式优雅里，有一种神奇的力量，让在都市里躁动的心瞬间平复下来，在一茶一盞，一花一叶间找到内心的宁静。

时间流逝，随着全球旅行与旅馆享乐风潮的袭来，日本温泉旅馆的形式和风貌也跟着日新月异，越见多元。旧有旅馆竞相在既有的主建筑体之外，大举兴建别墅式的“离”；新秀旅馆的客房则多半干脆以“离”的形式呈现。而且这种“离”，在规格、尺度与功能上也大手笔仿效东南亚度假村里的独栋别墅，起居室、卧房、浴室、室内温泉、露天温泉、庭园一应俱全。

就连相关设施也跟着一并看齐，SPA中心成了基本配备，游憩、餐饮等相关规划也越发完整丰富。尤其有趣的是，以往被视为温泉旅馆最重要的大众浴场、共同汤，在这些新兴旅馆中竟慢慢绝迹，反倒是客房附设的私人露天温泉越来越开阔、豪华，成为各家比拼的焦点所在。影响所及，曾经是体现日本温泉之旅享乐核心的“一泊二食”（即住一晚两餐）也渐渐被打破，入住二三天以上的“连泊”概念风头正劲；然而，一家温泉旅馆里提供的服务是否能让人一住几天仍不觉厌烦，也成了日本旅馆玩家们考察旅馆的衡量标准之一。

与多年前相比，餐饮部分同样发生了改变。除了日式传统料理、创作料理之外，法式料理也在日本温泉旅馆里大行其道，不少旅馆从巴黎请来声名显赫的法国大厨担任顾问，为住客提供更丰富的餐饮选择。当然，这一路说下来，难免有人开始担忧，如此“进化”下去，曾经让我们心醉不已的传统日本温泉旅馆的风情是否会逐渐消弱，直至荡然无存？关于这点，其实不必担心，日本温泉旅馆的特质与乐趣正在于多元，眼下毫无疑问正处于百花齐放的时刻，虽然风格各有不同，但日本温泉旅馆骨子里舒适优雅的格调并不曾改变，依然是洗尽凡尘的温柔乡，吸引我们徜徉其中，流连忘返。

伊豆 静美之宿静谧之汤

最初被“Arcana”温泉旅馆吸引是因为客房图片里那一大窗无比蓊郁深浓的绿色，以及窗外溪谷的潺潺流水。再一查旅馆所在地，竟然在伊豆的汤岛深山间，那里是川端康成《伊豆的舞女》故事发生地，也是我和先生第一次一起泡温泉的地方，刹那间，无数美好回忆纷至沓来……

就这样，在一个初冬时分，我们收拾行囊踏上前往Arcana的旅程，让劳累一年的身心回归“食”与“泊”的原点。旅馆并无接待大厅和柜台，旅馆经理直接领我们进入预订的客房，在房内完成入住手续。果然是温泉旅馆的新秀，和先前住过的几处日本顶级温泉旅馆相比，这里到处流淌着简约的味道。它的简，首先在设施。紧依着溪谷的几栋以清水混凝土、深色木头、金属所构成的建筑物中，只设了一座餐厅、16间客房，一般温泉旅馆必备的接待大厅、图书室、酒吧、卖场、公共汤泉全数付之阙如，把所有的重点聚焦在日本温泉旅馆的两大主题“食”与“泊”上。

旅馆的设计师是素以简约设计闻名的空间与家具设计大师服部滋树，房间里几乎不见一点和式风

情，到处弥漫着简约利落的北欧气息，低调而洗练。客房格局陈设也极单纯：主角，当然是让我倾心许久、一整幅可观览茂密树林与溪涧的落地大窗；正对着大窗的是一张茶几与长沙发，沙发后并排两张单人床，一旁有置物橱柜与储衣间；然后是浴室，从淋浴间打开玻璃门往外走，阳台上是一方高悬于山谷河谷之上的半露天温泉池，此外，再无其他。而这种北欧式的简约，反而应和了日本文化中“禅”的意境，当一切减至极点时，才格外能够使人心静，抛开杂念，彻底融入并且安然徜徉其中。

日本温泉旅馆最大的魔力在于会让人变懒，只想待在房间里，靠在窗前沙发上阅读、听音乐。而每每抬头往窗外看去，映入眼帘的，便是满满一整窗触手可及的葱翠碧绿；每一望，便让人心旌荡漾。虽已12月中，但依然幸运地抓住了秋天的尾巴。不但树隙间仍可见红黄残叶丛丛点点，溪涧旁，更是整片的落叶铺覆如红毯。每天，黄昏的霞光中，在房间里舒服地泡过温泉后，接下来，便是另一重头戏，晚餐时间。

Arcana的餐点供应的是纯粹西式的法国料理；就在开阔宽敞的挑高餐厅、吧台形式的开放式厨房里，在住客的眼前，从头到尾，剧场一样活色生香地演示、呈现。厨师团队的来头也十分显赫：由大阪颇知名、刚在2010年全新出版的《米其林餐饮指南 大阪·京都》中拿下米其林一星赞誉的法国餐厅“Lumiere”执掌，从食材、创作性、精致度以至酒单，都是顶级风范。有如此精美绝伦的美食，虽然置身在这完全西式的就餐氛围里，却仿佛更加贴近了日本温泉旅馆最精髓的部分，那就是抛却一切杂想、杂欲、杂念，心无旁骛地沉醉在“食”与“泊”里，细嚼玩味，乐在其中。

地址：静冈伊豆市汤岛1662

交通：在东京成田机场搭乘成田Express电车到东京火车站，再转搭新干线往三岛，转由伊豆箱根铁道到修善寺，再换出租车即可抵达Arcana旅馆。

价格：一泊二食的价格为5万5000日元起。

鬼怒川 梦之季雪夜温泉

东京附近有个叫鬼怒川的地方，光听名字便有种凶煞之气，让人畏惧且好奇。其实，这个名字的来历是因为当地有个地方名为“毛野川”，河流湍急，水势凶猛，鬼见了都会生怒，鬼怒川由此得名。名字虽然凶险，但倘若查找任何和鬼怒川有关的资料，排在第一位的却是那里的温泉，经典形象便是两个卡通的小鬼，一个红色，一个蓝色，手拉着手泡温泉，那亲切又新奇的表情非常可爱。初冬季节，漫天飘雪，我走出车门，第一眼便看到一个用陶器制作的小鬼昂然站在雪地里，这里便是传说中的鬼怒川。

鬼怒川梦之季温泉旅馆里有大浴场也有房间里供住客泡的汤。虽说在这里预订了一泊二食，但依然忍不住去凑大浴场的热闹。大浴场里池子够大，空间够宽阔，水蒸气够多，那种泡温泉的气氛更加浓烈。这里的女子大浴场有一个浪漫的名字“绢之梦”。虽然浴场分室外和室内两个部分，但即使是室内的部分在设计上也充分考虑了展现外界景观的功能，全景式的落地窗户，把远处的群山流水一并邀约入室。室外的露天温泉有两个大浴槽，纯木制的浴槽里乳白色的泉水冒着泡泡，木头在泉水浸泡下散发出独有的香气，一阵阵扑面而来。虽说是大浴场，但没有人在温泉里喧哗，甚至听不见窃窃私语，一路的舟车劳顿被这第一“泡”洗涤殆尽。30分钟后躺在舒适的按摩椅上，再接下来就要品尝厨师烧制的精美晚餐了。

泡过温泉之后把生鱼片放进嘴里的感觉是用多少语言都难以形容的，那么清甜，那么爽口。梦之季为客人准备的是京味“乡村”料理，每一道菜都是由当地生产的有机蔬菜制作而成，海鲜也来自当地。蔬菜新鲜，生鱼片甜甜嫩嫩、入口即化，一个多小时的用餐时间完全是味蕾的超级享受。

日本人习惯于吃完饭，再来第二泡。这第二泡当然要在自己的房间里享受。推开房门，榻榻米上

一个小圆桌、两个草垫子、一个花瓶、一支白花，简洁、含蓄。玻璃门外是纯木的长方形浴槽。夜凉如水，樱花树上落着残雪，刚刚把身体沉浸到水里，一阵风吹来，天空中又飘起了雪花，我尽量只露出脑袋在水上，微风吹来，呼吸到的空气清爽得几乎能穿透身体。雪花点点，落在掌心里迅速变成水滴。这样一个雪夜，沉醉在这样一汪绵热温柔的泉水里，周围是难以言传的静寂。浪漫，这两个字所表达的意境就这么一点点，一滴滴地渗透到我的心里。

地址：栃木县日光市鬼怒川温泉大原1021

交通：在东京东武线浅草站乘坐特快列车120分到鬼怒川温泉站，专线大巴5分钟到达鬼怒川温泉梦之季。

价格：一泊二食的价格为1万2000日元起。

那须 水光微眠以及静寂

初次听说“二期俱乐部”还是在学生时代，当时在日光旅行，听上了年纪的女教授描述起和老伴一起去那个位于原始森林中的温泉旅店度假的经历，想象着一群银白头发的老太太一个接着一个跳下温泉池，之后又大啖美食的情景，心里只觉得此乃可望而不可即的幸福生活。而此次去东京度假，初次来到日本的女友提出“咱们去一个温泉旅店吧”，立即就想到了这家数年前曾经艳羡不已的传说中的旅店，也想起了安静祥和如童话般的那须——比群马近，比箱根自在，更何况那须的食物也是一绝，何乐而不为呢。

从东京站至那须盐原站，新干线只需一个多小时。这是一个静谧无比的小站，随着列车呼啸而走，东京的喧嚣也被远远地抛在身后。车站上零星站着来此度假的老人，偶见一两个卖当地土特产的小铺子，宣传栏里贴着天皇和皇后美智子，以及皇太子一家来那须度假的照片，不细看的话，也就是普通的一家五口在菜园里摘菜，在牧场喝牛奶的乐呵呵的全家福照片。值得一提的是，那须的牛奶质量上乘，日本皇室御用牛奶就来源于此，所以来那须度假，一定要为牛奶和各种乳制品留足肚子。

二期俱乐部派了绿色的小车专门从车站迎送住客，开车的是个面目慈祥表情朴实的老爷爷，腰板笔直地站在小车旁反复张望，从人群中辨认自己旅店的客人。除了我们两个较年轻的外国人之外，其余三个都是打扮富态、佝偻着背的日本老婆婆，早就听说那须因其慢悠悠的生活节奏而成为最受老年人欢迎的度假天堂，如今看来果然名副其实。日本的老年人对生活情趣的挑剔和讲究是出了名的，所以跟着日本老人吃喝玩乐肯定没错。

20分钟车程便到达了位于那须高原的二期俱乐部，这里的建筑也值得一提。本馆部分建于1984年，由日本的建筑大师渡边明操设计完成，最初的时候，这里只有6间客房，是超级迷你的高级温泉旅店。但后来因为实在人气太高，遂又扩建了离本馆走路5分钟距离的东馆，这次请的是英国教父级设计大师特伦斯·考伦（Terence Conran），设计了独栋结构的度假屋错落有致地分布在森林中。但说实在的，如果是第一次前往，我仍然会推荐渡边明设计的纯和式房间，最初的6间房间时至今日，仍是二期俱乐部最抢手的选择。无论是挑高的木梁，还是面向森林的如画的窗景；无论是夜晚门口的烛光，还是石砾堆砌的大水池中森林的倒影，这6间和式房最为清晰地传递了二期俱乐部“水、光、微眠以及静寂”的主题，让森林中的四季随意泻入屋内的生活，让人时时刻刻感受到大自然的美好。

照例是先泡汤，后吃饭，饭前可以有充足的时间感受温泉的魅力。东馆的半露天式温泉朝向一个山谷，山谷里的杜鹃花正开得茂，而蓝天白云，树木青葱，溪流潺潺，其中间或有小兽或巨鸟掠过，一边泡汤一边观赏此等风景，身心早已松懈了一大半。泡完后在排列着来自世界各国的优质矿泉水的休憩处边听水声边饮了两种本地的矿泉水，还打了个盹儿，又再接再厉去森林中的全露天温泉享受森林浴，四面巨树参天，微风阵阵，鸟鸣啾啾，头顶上的夕阳和云彩不停地变换着颜色，提醒我们，晚

餐时间到了。

但凡受人喜爱的温泉旅馆，餐食一定有它的独特之处。天南海北的温泉客来到这里的目的一，便是泡完温泉享用一顿美餐。二期俱乐部的食物可称十分了得，在日本持续数年被评选为“一生中一定要去一次的温泉旅店”第一名，与这里的美食大有关系。两家餐厅，La Brise主理和风法式怀石料理，Garden Restaurant则主理原汁原味的意大利料理，料理长宫崎康典是日本烹饪界具有传奇色彩的一位小个子老人。曾经是君悦酒店主厨，却宁愿隐居在那须山中潜心研究具有强烈个人风格的料理，这就是所谓世外高人的乐趣吧。在这方小小天地中，天天有自家收获的时令山菜、稻米，农家随意放养的肥嫩的鸡，在高原上快乐生活的梅山猪、那须鹿，还有山涧中游动的鱼……宫崎康典的灵感就来自这些完全自然生长的食材，且客人的数量也不算多，故可以令他精工细作，每天安排不同的菜单，把日日的餐桌都料理得美轮美奂。

我们订的是La Brise的和风法式怀石料理，在暮色将至的时候落座。开胃小吃的芝士烤新鲜蚕豆配鲑鱼亲子香料卷饼已令人食指大动，接下来的高原鹿肉鹅肝冻则带来了新的味觉惊喜，富有弹性的鹿肉配合鹅肝细嫩丝滑的滋味，更叫人感动的是配在盘子周围的田园时令蔬菜和白煮蛋，尤其是那一枚淌着半凝固橘红色蛋黄的白煮蛋，实在是叫人想起了20年前的香甜的鸡蛋味道。接下来是牡蛎蛤蜊野菜清汤、香煎真鲷配樱花虾幼芦笋佐豌豆汁，光听名字已经让人想入非非。最大的主菜是一个大铁罐子里用各种香料和干草烤的当地的小羊腿，配香草天麸罗，吃到这一道，我们已经捧着肚子觉得一方面乐不可支，另一方面则有点力不从心。最后却还有海胆风味半生鸡蛋香草拌饭及一大堆甜点、香草茶等着我们慢慢享用，好在吃完了之后，还有室内的温泉可以泡，泡着泡着，不知不觉也就消化了大半。等到回房间，贴心的服务人员早已把榻榻米铺好，一并送上寿司和绿茶做夜宵，可谓是细心到至极了。

当然，温泉旅店的美味高潮还没有过去，一大早迎着晨光和微风起床，先去泡个舒舒服服的晨浴，接下来还有让人身心舒畅的早餐。坐在微光柔和，溪流清澈的山谷中用餐，首先送上的是清晨的野花和一张印着足足有十几种食物的菜单。之后便是漫长而美好的用餐过程，从那须高原的牛奶、蜂蜜、草本茶、蔬菜青汁、柑橘汁、蔬菜、生鸡蛋拌饭、黑豆饭，以及盛着多种小菜的餐盒一一送上，末了还有最新鲜的水果、酸牛奶以及香口的果仁。如此早餐，加上这幽然的山谷风景，真让人觉得比前一天晚餐的奢侈程度都有过之无不及。

吃完早餐之后最后泡了一次澡，又到附近的牧场逛了逛，这一次的一泊二食温泉之旅告一段落，下一站去哪里？是由布院的无量塔，还是京都的椿山庄，答案也许只有在天气转凉些的时候才知道了。

地址：木县那须郡那须町高久乙道下2301

交通：从东京坐新干线盐原站下车，酒店有车来接站。

价格：一泊二食的价格为4万日元起。

阿苏山 享乐三泊六食

我一直认为日本温泉旅馆的享乐精髓，在于“一泊二食”。一日一夜，在短短的不到20小时的时间里，经历抵达时分的奉茶，而后泡汤 晚餐 休息 入睡 晨起 早晨的泡汤 早餐 离去……环环相扣，透过不同感官悦乐的交替，迅速达成身体、心灵与各种知觉的放松、休憩与涤净，无比凝练，无比紧凑。然而近些年来，“连泊”一词开始广泛地出现在对日本温泉旅馆的描述中，越来越多的人开始希望入住日本温泉旅馆可以像入住海岛度假村一样，一住好几天，在美食、美宿、美汤的陪伴下徐徐缓缓地享受假期。

其实，以条件论，长天数度假，温泉旅馆确实有其限制：首先，传统温泉旅馆的规模、游憩设施以及客房空间和度假村相比，往往较为狭小。而且温泉旅馆的餐食相比之下也稍显单一，许多甚至无法供应午餐。如此种种，都使有意长住者很难完全足不出户、彻底徜徉此中。幸好，近年来日本温泉旅馆自身也在发生着改变，“连泊”日渐成为优势，比如，位于九州岛的“界”（ASO）。

“界”吸引我的地方首先在于地理位置。九州岛北方，大分县界，声名赫赫、素以山势恢弘著称的阿苏山与九重山之间有一片广阔的高原——濑之本高原，这里平野漠漠、少见人迹，一共8000坪广阔土地上仅建造了12间独栋客室，每间客室均极宽广。稍大点的客室便有完整的客厅、卧室、和室、浴室、阳台和露天温泉……设计风格简约低调，乍一看很难觉察出有何独特之处；但再三玩味，空间中似乎又隐隐透出些许不俗之气。此外，“界”虽地处僻静，但周围却有数家法意餐厅和甜点咖啡铺可以就近觅食。所有这一切都能应付我的连泊需求。于是，就这么择定了“界”，展开这趟四天三夜、三泊六食的温泉旅馆之旅。

闻名不如见面，原本图片上看着几近朴拙粗涩的设计，真正置身其中后才发觉，这种沉潜静默里隐藏着一种自成一格、落落大方的韵致。最难得的是，“界”不是一味的清爽大气，它在大气之中处处隐藏着微妙的体贴和细致。无论行走坐卧、吃喝眠睡，甚至发呆阅读泡汤，只要待在旅馆里，即使什么都不做，只看窗外晨昏交错，也会觉得无限舒坦。清晨，晓雾绕过群峰；过午，斜阳将大地染成微橙的金黄；雨后，则是满眼云雾苍茫。时值冬末，树叶尽落了，坐在房间里即可从树隙间清楚望见远山历历，阿苏连山、九重连山，隔着一整片辽阔高原两相对望，树下残雪犹存。

有美景再有美食当然就更完美了。此地向来是九州岛丰饶物产环绕之地：玄界滩、天草与丰后水道的肥美海鲜，熊本的新鲜蔬菜，油花漂亮得惊人的壹崎牛，菊池产的清甜香嫩的七城米，自家制明太子，还有各色美酒……一一尝来，时有惊喜。每天，在景观最佳的和室里静静喝茶看书，度过整个下午，见天色渐暗了，便脱去衣裳沉入微烫的露天温泉里，氤氲热气中，看夕阳一点一点从树间隐入山里；然后，屋外浴池旁，每室皆有的户外火炉就这么在清冷暮色中，温暖而热烈地，静静燃起……这一刻，无论是谁，都要乐不思归了。

地址：大分县玖珠郡九重町汤坪濑本628-6

交通：从日本熊本机场，搭上旅馆每日固定下午两点出发的接驳车，即可抵达。

价格：一泊二食的价格为4万7000日元起。