

## 服装と装備

四国遍路の服装や持ち物に絶対的な決まりはありませんが、参加する場合は、袖付き・袖無しの白衣や、菅笠、輪袈裟など、巡礼者だとはっきりわかる装具の着用をお勧めします。これらは徳島県鳴門市の霊山寺など、四国の大きいお寺の多くで購入可能です。霊山寺は、お遍路の第1番札所であり、ほとんどの巡礼者がそこからお遍路を始めます。持っているの良い物を以下にご紹介します。

### 白衣（袖付きまたは袖無し）

巡礼者は、伝統的に全身白い衣服を着ていましたが、最近では多くの人が普段着の上に袖付き・袖無しの白衣を着ています。これらの白衣の背面には、お遍路の創始者として崇拝されている弘法大師の真言が書かれています。白色は純粋と無垢を表していますが、死に備えるという意味合いもあります。かつて、遠く離れた四国まで旅をして巡礼することは生死にかかわる問題であり、実際に多くの巡礼者が道中で亡くなりました。

### 菅笠（すげがさ）

菅笠は、主に風雨から身を守るため着用するものです。菅笠には、梵字またはサンスクリット文字で書かれた弘法大師の名前と、その教えを表す5つの言葉が刻まれています。通常、この笠は、梵字が前方に来るようにかぶります。

### 杖（金剛杖）

この杖は弘法大師を象徴しており、そのお遍路の創始者に見守られていることを想起させる物なので、巡礼者にとって最も大切な持ち物とされています。一日の終わりに、必ず杖の先を洗います。昔の巡礼者たちは、宿泊する旅館に入る準備をする際、自分の足を洗う前に、杖を弘法大師の「足」に見立てて洗いました。杖は大切に扱わなければならない、祈っているあいだはお寺にある専用の棚に置くことができます。過去には、道中で亡くなった巡礼者の墓を示す用途でも杖が使われていました。お遍路が終わった後は、最後のお寺（大窪寺、88番）に置いて行くか、将来使うため、もしくはお土産として持ち帰ることもできます。

### 輪袈裟

輪袈裟は、首周りにまとう薄い布で、僧侶の袈裟を略式にしたものです。敬虔な巡礼者は、お寺を訪れる際に不可欠な装具だと考えています。食べたりトイレに行ったりするときは、輪袈裟を外してください。

### 数珠（念珠）

仏教において、数珠は主にお経を読んだり唱えたりする回数を数えるため使用されます。僧侶や多くの信者は、お経を読んだり唱えたりする前後に、祈禱の対象である仏様への合図として、数珠をこすり合わせます。数珠には通常 108 個の珠が付いており、それぞれが仏典に記されている 108 つの煩悩（苦悩や否定的な感情）に対応しています。数珠を両手で持つときは、右手中指と左手人差し指で持ちます。片手で持つ場合は輪を 2 重にしなければなりません。どこかに置いたり保管したりする場合は、輪を 3 重にします。

#### 納札（おさめふだ）

納札は、巡礼における名刺のようなものです。巡礼者は、名前や住所、願いを札に記入し、訪れた各寺院の本堂と大師堂それぞれの箱に入れます。これは、参詣したことを仏様に表明する行為です。納札は巡礼者のあいだでも交換され、地元の人々のもてなしに謝意を示すために渡すこともあります。一般的な納札は白いものですが、お遍路を一定回数終えている人は、色付きの紙を使用します。緑は 5 回以上、赤は 7～24 回などと決められています。全八十八ヶ所で 100 回以上祈った人には、華やかな装飾が施された特別なデザインの納札を使う権利が与えられます。納札は 100 枚単位で販売されており、ほとんどのお寺で買うことができます。

#### その他の必需品

巡礼者に必要なのは、各寺院で点火するためのろうそくと線香、ライターまたはマッチ、そして大切なのは、お寺の朱印と墨書きをいただくための納経帳です。

#### 頭陀袋（ずだぶくろ）

この巡礼者用の白いバッグは、納経帳やろうそく、線香、納札などの持ち運びに便利です。