

## 什麼是四國遍路？

「四國遍路」以參拜四國島上八十八座佛教寺廟為核心，是一項極為獨特的體驗。這些寺廟分散在四國島的德島、高知、愛媛和香川四個縣，如果步行完成，全程超過1400 公里。在這條朝聖之路上，朝聖者需要穿越城市、村莊、森林和農田，需要順著山路攀登，還要沿著太平洋和瀨戶內海的海岸線徒步，所以一路上能遇見各種地形風貌。

朝聖是四國日常生活的重要組成部分，朝聖者可以制定自己的專屬行程，而不需要沿著單一路線行走。當地居民至今還在延續著幾百年來的傳統，為朝聖者提供食物、飲料、小禮物甚至住宿。人們參與四國遍路朝聖的原因很多，有的把它當作一種精神修行，有的則期望它是一場發現之旅，而對更多人來說，它是一種旅行方式。但只要遵守一些基本規定，並保持尊重和寬容的心態，任何人都是可以踏上四國遍路的——無論你信仰什麼宗教。