

四国遍路巡礼的服装和装备

四国遍路巡礼对服装和装备没有绝对的规定，但如果参加，建议穿上一眼就能让人认出是巡礼者的服饰——带袖或无袖的白衣、斗笠、绸缎制成的环带状日式袈裟等。四国岛上的许多大型寺庙都出售这些物品，比如位于德岛鸣门的灵山寺。灵山寺是四国遍路上的第 1 处灵场，大多数巡礼者都从这里出发。

以下是你可能需要的一些物品。

白衣（带袖或无袖）

巡礼者传统上全身穿白，但现在许多人只是在日常服装外面套上一件带袖或无袖的白衣。白衣背后写着四国遍路的开创者弘法大师的真言“南无大师遍照金刚”。白色代表纯洁与天真，也象征准备赴死的觉悟。过去，在遥远的四国进行朝圣之旅意味着生死难料，许多巡礼者也确实逝于途中。

白衣在日语里读作“hakue”。

斗笠

戴上斗笠主要是为了免受风吹雨打。斗笠上用梵文书写了弘法大师的名字，还有表达其教义的 4 句话，分别是“迷故三界城”“悟故十方空”“本来无东西”“何处有南北”。另一句则是“同行二人”，意为弘法大师一路与巡礼者同行。佩戴斗笠时通常把梵文一面放在

正前方。

斗笠在日语里写作“菅笠”，读作“sugegasa”。

金刚杖

被称为“金刚杖”的手杖是巡礼者最宝贵的物品，因为它象征着弘法大师，并能让巡礼者感受到这位巡礼创始人的护佑。每一天结束时，巡礼者都要将金刚杖的杖尖洗净。古代巡礼者每晚投宿时，都会在给自己洗脚之前清洗杖尖，象征为弘法大师洗一下“脚”。巡礼者必须小心谨慎地对待金刚杖，在寺院参拜时也需要将它们放在一个专用的架子上。过去，金刚杖还被用来标记在朝圣途中亡故的巡礼者的墓地。巡礼结束之后，巡礼者可以将金刚杖留在最后一座寺庙，即第 88 处灵场大窪寺，也可以留到日后再次使用，或作为纪念品带回家保存。

金刚杖在日语里读作“kongozue”。

轮袈裟

这是一根绸缎制成的环带状长布条，用来戴在脖子上，代表简化的僧袍。虔诚的巡礼者认为它是参拜寺庙时必不可少的服饰配件。在吃饭或如厕时，应将轮袈裟取下。

轮袈裟在日语里读作“wagesa”。

念珠

在佛教中，念珠主要用于计算诵经或唱诵的次数。僧侣和许多佛教徒在诵经或唱诵前后都会把佛珠揉在一起，以向他们参拜的神明示意。念珠通常由 108 颗珠子组成，每一颗都代表佛经中描述的 108 种苦难或烦恼之一。双手持珠时，佛珠挂在右手中指和左手食指上；单手持珠时，佛珠应卷成两圈；放置或储存时，佛珠应卷成三圈。

念珠在日语里读作“nenju”，也称为数珠(juzu)。

纳札

这些纸条相当于四国遍路上的宗教名片。巡礼者在纸条上写上姓名、地址、巡礼日和愿望，并将其放入他们所参拜的每座寺庙的本堂（正殿）和大师堂的纳札箱内，意在告知神明自己的到来。巡礼者之间会交换纳札，有时也会为了感谢当地人的好客而将纳札赠予他们。不同颜色的纳札代表了走完四国遍路巡礼的次数，1~4 次是白色，5~6 次是绿色，7~24 次是红色，25~49 次是银色，50~99 次是金色。而走完 100 次及以上的虔诚信徒有权使用一种由自己特别定制的锦缎纳札，非常华丽且不出售。如果收到这样的纳札，据说可以获得和巡礼者一样走完四国遍路的功德。普通纳札以 100 张一叠出售，大多数寺庙都有售卖。请注意不要窥探纳札箱，更不要从纳札箱里取出纳札，这些都被视为失礼行为。

纳札在日语里读作“osamefuda”。

其他必需品

巡礼者需要在每座寺庙点香烛，所以蜡烛、线香、打火机或火柴都是必备品。同样重要的，还有用来获取御朱印和墨书的手册“纳经帐”。

头陀袋

巡礼者通常会背上白色头陀袋，方便携带纳经帐、蜡烛、线香、纳札以及其他装备。

头陀袋在日语里读作“zutabukuro”。