

一步一如来 2

林聪
◎ 著

京都朝圣旅人书



NLIC2970963921

一步一如来

林聪
◎著

京都朝圣旅人书



NLIC2970963921

图书在版编目(CIP)数据

一步一如来. 2, 京都朝圣旅人书 / 林聪著. —兰州: 甘肃民族出版社, 2013.6
ISBN 978-7-5421-2400-5

I. ①—… II. ①林… III. ①旅游指南—京都 IV.
①K931.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 133938 号

书 名: 一步一如来. 2

作 者: 林 聪 著

责任编辑: 李青立

封面设计: 壹诺设计

出 版: 甘肃民族出版社(730030 兰州市城关区读者大道 568 号)

发 行: 甘肃民族出版社发行部(730030 兰州市城关区读者大道 568 号)

印 刷: 小森印刷(北京)有限公司

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张: 25

字 数: 370 千

版 次: 2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1~15 000

书 号: ISBN 978-7-5421-2400-5

定 价: 49.80 元

甘肃民族出版社图书若有破损、缺页或无文字现象,可直接与本社联系调换。

邮编: 730030 地址: 兰州市城关区读者大道 568 号 网址: <http://www.gansumz.com>

投稿邮箱: liuxintian@yahoo.com.cn

发行部: 葛慧 联系电话: 0931-8773271(传真) E-mail: gsmzgehui3271@tom.com

版权所有 翻印必究

京都比东京更有韵味，这已是人们无须交换的共识。

艺伎、茶道、花道、和服……在已高度发达的日本，这些古老文化仍如“活化石”般和缓地存在，也成为人们造访京都的主要探求点。然而，鲜为游客所注意的是，作为一个佛教渊源深厚的古都，京都有着千百年沉淀下来的浓厚朝圣文化。

早在平安朝期间，桓武天皇迁都平安京（即今之京都），也将正处于上升期的日本佛教一并携来。一时间僧风整肃，教界的新人物也开始出现。最有名的，当属开创天台宗的最澄大师，以及东密的鼻祖空海大师。至此，京都成为日本国最具向心力的佛都，围绕它，高僧辈出、信徒云集。千余年后的京都，已拥有一千多座寺院，有些历史数百年，有些上千年，甚至更有建于京都立都前的老寺。

因京都宗教、文化地位的特殊性，历代天皇、战国三雄、平源合战、安倍晴明、空海大师、和泉式部、紫式部、清少纳言、宫本武藏、新选祖、北野大茶会、千利休、一休大师、落语、狂言、净琉璃、茶道、花道、弓道、枯山水、怀石料理，乃至柯南漫画……无一不和京都寺院或多或少扯上点关系。

而京都的寺院，也自然衍生出自己独有的一套朝拜系统，如京都十二药师灵场、洛阳三十三观音等，这些系列都有着悠久历史和缘起、典故。按这种系列的方式进行朝圣活动，称为“巡拜”。

这不禁令人想到西藏的拉萨。

从某种角度看，京都和拉萨不是不相似的：同为古都；面积

都不大，却有着为数极多、历史悠久、大大小小的寺院及其附带的典故和传说；在这两个城市里，随处可见穿着传统服饰，在进行着千百年来没变过的朝圣活动的人；京都是日本宗教、历史、文化的核心，正如拉萨是中国西藏宗教、历史、文化的核心。

在前一部关于拉萨朝圣文化的专著《一步一如来》中，笔者曾说过：“朝圣，不是旅游，是修行。朝圣的关键，和肉体上的从A点移动到B点无关，而是一种内在的、心灵上的旅程”，“对于去哪里、怎么走、做什么，千百年来朝圣文化都有明确的传统。千百年来，千千万万的朝圣者，都走过同样的路、去同样的地点、做着同样的事、念诵着同样的祈祷文……”

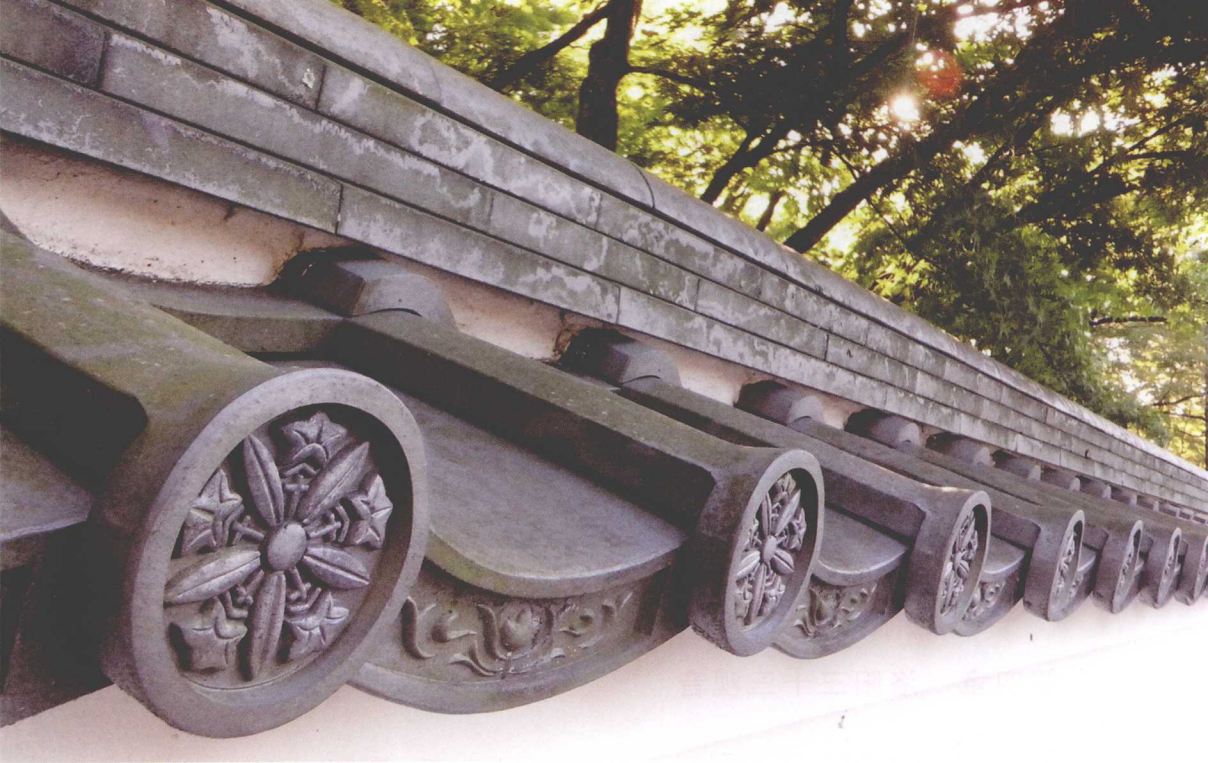
因此，朝圣，其实是一个独立的、专门的主题。

市面上已有众多关于京都的旅游攻略，但其并不适合以朝圣为主要目的之使用者。本书介绍日本的朝圣传统，和京都的朝圣系列、代表性寺院，其著写目的正是为了让信仰佛教或者喜爱佛教文化的读者，能有一本专门的朝圣指南。

本书先后章节有一定程度的连贯性，读者虽可把介绍某朝圣点的内容视为独立导游章节，但建议从《朝圣的历史与文化》开始顺序阅读。又者，对日本佛教文化不熟悉的读者，为避免理解上的困难，宜先行参考《日本佛教小百科》一章。

在提及重要的相关历史人物时，凡首次提及，都尽量提供人物生卒年份。此后，除有必要，不再重复。书内涉及具体金额的描述，如门票价格等，记录年份皆为2012年。此外，部分寺院分别为不同巡拜系列成员，少部分内容难免轻微重复。

最后，在此感谢赐予推介词的朋友们。感谢帮忙翻译的杨智森、给予当地支持的李文文、萍水相逢却热心指导的远山和大博士、提供部分照片的劳嘉华、负责部分文字录入工作的林可悦。感谢促成本书出版的天津华文天下图书有限公司，尤其是刘峰、于善伟、杨芬、陈飞几位。



目 录

第一章 朝圣的历史与文化

第二章 京都概说

第三章 如何朝圣

巡拜系列 / 023

朝拜流程 / 025

祈祷和诵经 / 030

供养香烛 / 033

供养零钱 / 034

护 摩 / 035

绘 马 / 037

其他供养 / 040

写 经 / 042

坐 禅 / 044

纳 经 / 045

其他朝圣纪念 / 052

朝圣须知 / 056



第四章 洛阳三十三观音

- | | | | |
|------|---------------|-------|--------------|
| 第一番 | 顶法寺六角堂 / 074 | 第十八番 | 善能寺 / 154 |
| 第二番 | 誓愿寺 / 080 | 第十九番 | 今熊野观音寺 / 158 |
| 第三番 | 护净院 / 090 | 第二十番 | 泉涌寺 / 162 |
| 第四番 | 革堂行愿寺 / 094 | 第二十一番 | 法性寺 / 166 |
| 第五番 | 真如堂新长谷寺 / 098 | 第二十二番 | 城兴寺 / 168 |
| 第六番 | 金戒光明寺 / 102 | 第二十三番 | 东寺 / 172 |
| 第七番 | 长乐寺 / 106 | 第二十四番 | 长圆寺 / 182 |
| 第八番 | 大莲寺 / 110 | 第二十五番 | 法音院 / 184 |
| 第九番 | 青龙寺 / 114 | 第二十六番 | 正运寺 / 188 |
| 第十番 | 清水寺善光寺堂 / 118 | 第二十七番 | 平等寺 / 190 |
| 第十一番 | 清水寺奥之院 / 126 | 第二十八番 | 壬生寺 / 194 |
| 第十二番 | 清水寺本堂 / 130 | 第二十九番 | 福胜寺 / 200 |
| 第十三番 | 清水寺朝仓堂 / 134 | 第三十番 | 地藏院 / 204 |
| 第十四番 | 清水寺泰产寺 / 136 | 第三十一番 | 东向观音寺 / 208 |
| 第十五番 | 六波罗蜜寺 / 138 | 第三十二番 | 庐山寺 / 212 |
| 第十六番 | 仲源寺 / 144 | 第三十三番 | 清和院 / 216 |
| 第十七番 | 莲华王院 / 148 | | |

第五章 京都三弘法

东 寺 / 222

仁和寺 / 224

神光院 / 230

第六章 京都十二药师

第 一 番 平等寺之因幡药师 / 236

第 二 番 东寺之金刚药师 / 238

第 三 番 水药师寺之水药师 / 240

第 四 番 壬生寺之齿药师 / 242

第 五 番 地福寺之日限药师 / 244

第 六 番 福胜寺之峰药师 / 246

第 七 番 双林寺之东山药师 / 248

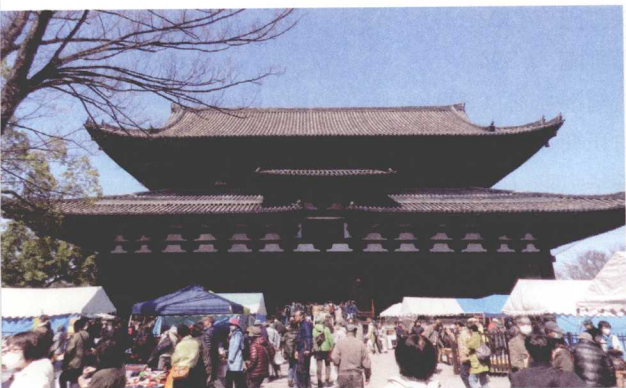
第 八 番 大超寺之锹形药师 / 250

第 九 番 药师院之不来乎药师 / 252

第 十 番 大福寺之菩提药师 / 254

第十一番 西光寺之寅药师 / 256

第十二番 永福寺之蛸药师 / 258





第七章 京都十三佛

- 第一番 智积院之不动明王 / 264
- 第二番 嵯峨释迦堂之释迦如来 / 266
- 第三番 灵云院之文殊大士 / 272
- 第四番 大光明寺之普贤大士 / 274
- 第五番 大善寺之地藏大士 / 276
- 第六番 泉涌寺之弥勒大士 / 278
- 第七番 平等寺之药师如来 / 280
- 第八番 千本释迦堂之观音大士 / 282
- 第九番 仁和寺之势至大士 / 288
- 第十番 法金刚院之阿弥陀如来 / 290
- 第十一番 八坂塔之阿闍如来 / 292
- 第十二番 东寺之大日如来 / 294
- 第十三番 法轮寺之虚空藏大士 / 296

第八章 洛阳六阿弥陀

- 第一番 真如堂之点头弥陀 / 302
- 第二番 永观堂之回首弥陀 / 304
- 第三番 清水寺之惠心僧都弥陀 / 308
- 第四番 木食寺之木食正禅弥陀 / 310
- 第五番 安养寺之逆莲华弥陀 / 312
- 第六番 誓愿寺之五脏六腑弥陀 / 314



第九章 都七福神

惠比寿神社之惠比寿 / 320

妙圆寺之大黑天 / 324

东寺之毗沙门天 / 326

六波罗蜜寺之辩才天 / 328

赤山禅院之福祿寿 / 330

革堂行愿寺之寿老人 / 334

万福寺之布袋尊 / 336

第十章 其他代表性寺社

金阁寺 / 342

银阁寺 / 346

龙安寺 / 348

东本愿寺 / 350

西本愿寺 / 352

建仁寺 / 356

南禅寺 / 360

大德寺 / 364

知恩院 / 370

伏见稻荷大社 / 378

第十一章 日本佛教小百科



第一章

朝圣的历史与文化

历史上，在不同的国家、不同的地域和不同的信仰中，都不约而同有着朝圣的悠久传承及朝圣文化。

朝圣的传统定义，是远离家庭、亲友、财产等一切外在牵绊，把个人安逸、世俗享乐、亲友情谊、外表虚荣放弃，并非为了个人荣誉，也忘记出身贵贱、种族优劣、个人成就、社会地位，而朝着某个特定地点前进，并在最后“纯洁无瑕地回归”。这是一种精神上的洗礼、心灵上的重生。

大部分宗教朝圣活动，都以某个或某几个地理上的定点，如麦加之于伊斯兰教、耶路撒冷之于基督教、圣城拉萨之于藏传佛教等，将其作为朝圣者的路线、坐标或终点。然而，在早期基督教中，却有一派称为“白殉道者”的朝圣者，他们离开家乡而到处流浪、四处为家。这是一种宗教上的苦行，并无一个特定的、地理上的终站。朝圣者放弃所熟悉的家乡，把生命完全托付给心目中的神明，去到遥远的欧洲异教国度弘扬教义，最后在其视为适合的地方、时间中止旅途，定居下来。许多至今尚存的基督教大型修道院，便是由这批早期流浪朝圣者所创办的。在藏传佛教的某些修行法门中，亦有着终生流浪的朝圣传统。

如果回看人类历史，会吃惊地发现在物质和科技不断更新发展的同时，心灵层面的“朝圣”却沿袭了古老而传统的步伐。

在早期希伯来历史上，成千上万的朝圣者，曾经从不同国家和地区，朝着共同的方向，走向其心目中的圣城耶路撒冷瞻礼圣迹。

希腊和罗马，同样有丰富的朝圣历史。早在公元前7世纪的希腊大陆，每四年一度，千千万万的朝圣者涌向奥林匹克城的宙斯神殿朝觐。最初的奥运会，便与这四年一度的朝圣活动有不可切割的关系，甚至有不少历史学家认为，最初的

奥运会是由宗教朝圣活动而催化诞生的。

印度教的朝圣历史，也许是人类史上最悠久的了，其最初起源难于追溯。在每十二年一次的朝圣节（Kumbh Mela），数以百万计教徒聚集在恒河进行沐浴，并作种种修行、听经活动，为期一个多月。每届朝圣节的具体举办地点都在恒河流域上，但每次并不相同，其决定方式与天文星象相关。每逢太阳和木星聚集狮子宫，朝圣节在纳希克（Nashik）举行；逢两者都在天蝎宫的年份，信徒便于乌贾因（Ujjain）聚集；若太阳在白羊宫而木星在狮子宫，朝圣节则在哈德瓦（Hardwar）举行；逢木星在金牛宫、太阳在摩羯宫的组合，主办地点为阿拉哈巴德（Allahabad）。每144年，是大朝圣节（Maha Kumbh Mela）。最近一次的大朝圣节是2001年，参与人数高达6000万，成为人类历史上大型聚会的最高纪录。

在基督教内，也有极为丰富的朝圣文化和悠久的朝圣历史。从基督教创立的早期开始，教徒便有前往耶路撒冷、沿着耶稣当年受难时走过的“苦路”（Via Dolorosa）朝拜的修行传统。在后期发展出的“苦路十四站”，可说是基督教的独特朝圣文化。每年复活节期间，在世界上几乎每一座天主教堂中，无法亲往耶路撒冷的信徒，齐集本地教堂中一起绕行。他们先后在十四幅画像下停顿默想，纪念耶稣背负十字架走向刑场所经的十四个地点，作为一种象征式的朝圣旅程。

对西方历史、文化传播有极深远影响的十字军组织，最初正是为沿途保护朝圣者的目的而创办。随着后期的东征，及因应朝圣者的需要，十字军组织又创立了钱庄、借贷服务，更发明了独特的密码系统，以保障金钱的传递安全性。我们可以说，现代的银行体系直接源自于中世纪的基督教朝圣活动。

早期的基督教朝圣者，有约定俗成的服饰：身穿棕黑色长袍，头戴宽帽，手执木杖，肩挂钱包和水瓶。在他们身上，佩戴着一种特殊的粗糙金属徽章，约为五厘米，而且一般都会出现扇贝图案。这种朝圣徽章有很悠久的历史，最早者起码能追溯至12世纪。它们是朝圣者的护身物、纪念品，其中一些特制版也作为圆满完成朝圣的证明。扇贝图案一向与欧洲朝圣传统相关。它之所以被用作朝圣的



代表基督教朝圣传统的贝壳图案



基督教朝圣传统中香客随身佩戴的贝壳标志

象征，是因为其散发状的图案纹络汇合于贝壳底部，象征各地朝圣者分别从星散于各处的家乡出发，最终会师于同一地点。时至今日，扇贝象征仍广泛见于朝圣文化中。在西班牙的基督教圣地，绵延上千公里的路径，有着各种各样的扇贝象征，路牌上、路边墙壁上、路中间的地面上、公路上，遍地都是，为朝圣者提供指引。圣地的长期居民、店铺甚至政府办公楼等，也喜欢在面对朝圣路的花园、房墙挂上扇贝饰物，向远道而来的朝圣者致敬。由金球奖得主、老牌演技派明星马丁辛主演的得奖电影 *The Way*，正是描绘这条千年朝圣路的传统，及朝圣者心路历程的。



基督教朝圣传统中朝圣路线上的贝壳标志

而在佛教中，最原始的朝圣地点是纪念本师释迦牟尼的四大圣地，即蓝毗尼（Lumbini）、菩提伽耶（Bodhgaya）、鹿野苑（Sarnath）及拘尸罗什（Kushinagar）。

蓝毗尼位于尼泊尔西部，乃悉达多太子出生地。《佛国记》和《大唐西域记》中记述，晋代的法显法师（337—422）和唐代的玄奘法师（602—664），分别曾于公元405年和633年到此瞻礼，法显法师更是最早来此访问并留有确切纪录的第一个外国人。在历史的战乱岁月中，蓝毗尼曾数度被人们遗忘，但却凭着古印



印度的四大佛教圣地



蓝毗尼园



菩提伽耶

度阿育王（公元前304—前232）所立石柱及中国之《佛国记》、《大唐西域记》等线索，被一度一度重新发掘出来。在这里，现在尚存标志佛陀精确出生地点的石头，上面有一个小脚印，相传为佛陀出生时在石上踏出。

菩提伽耶在现今印度中部的比哈尔省。这是释迦牟尼的成道处，故被佛教视为世上最神圣的地点。城内著名的大觉塔为印度阿育王所建。大觉塔是一座下方上尖的佛塔，高50米，顶部为圆柱状，上立一铜制螺旋圆顶。塔中供有形态各异的佛像，包括主殿所供奉的一座释迦牟尼25岁等身像，这尊佛像被普遍视为世上比例最完美的佛像。此尊等身像，与拉萨大昭寺的十二岁像、小昭寺八岁像，乃世上仅存的三尊依照释迦牟尼成道前不同年龄身相制造，并由释迦牟尼亲自主持开光的佛像。

大觉塔旁的菩提树，及树下的石座所在，便是佛陀当年示现悟道之确切地点，被称为“金刚座”。近代曾在此发现五方北宋前期的汉文碑刻，现存加尔各



释迦牟尼25岁等身像

答博物馆。塔的周边范围，还有村女善生供奉乳粥遗址（此即汉地食腊八粥习俗的典故来源）、释迦牟尼留影窟遗址、佛教史上最重要的佛教大学那烂陀寺（唐玄奘法师亦曾在此处进修）、灵鹫山（佛陀当年开示《心经》、《妙法莲华经》之处）等。

鹿野苑是佛陀最初说法处。佛陀示现悟道后，便到了此地，向五位弟子开示了四圣谛教法。在佛教中，这个历史性的时刻被称为“初转法轮”。从这里开始，佛陀走遍了印度，说法四十五年，讲经三百余会，度化弟子无数。在两千多年来，这些教义传遍全球，教徒超过五亿之数。

拘尸罗什是佛陀圆寂处，位于印度与尼泊尔边界。在两千多年前、世寿八十时，释迦牟尼来到此处，在河里洗了澡，枕着右手侧身卧着，以头朝北、脚朝南的姿势示现圆寂之相。

以上四个地点，是释迦牟尼在《大涅槃经》等开示中亲自指定的朝圣地点，