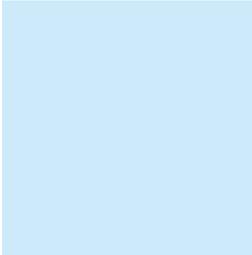
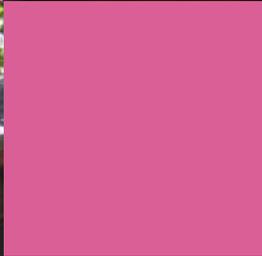
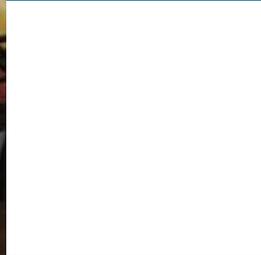
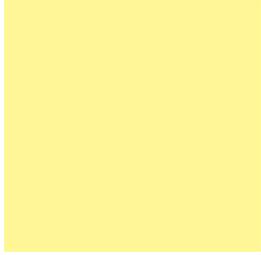
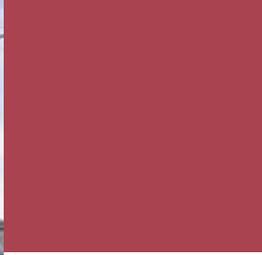


奈良 の 良い所

Na no Ra

日本文化起源・触摸历史脉搏 葛城市



P. 2 : 相扑的发源地、葛城市

P. 3 : 超越时代的道路「竹内街道」、中将饼

P. 4-5 : 當麻寺 练供养会式 (圣众来迎练供养会式)

P. 6-7 : 跟随奈之良 一起远足 二上山灵地之旅

第6期

相扑的发祥地 --- 葛城市

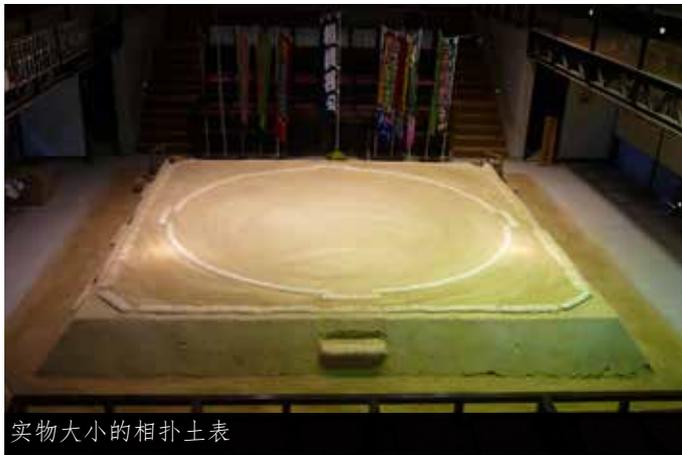


如今,全世界都知道相扑是日本的国技,但是真正了解相扑的人或许不多。那么,问题来了,相扑的发祥地在哪里呢?答案是葛城市的当麻地区。

相扑资料馆及葛城市相扑馆“蹴速馆”于1990年开馆,受到了当地市民及海外游客的欢迎和喜爱。

讲述相扑历史的相扑馆

1楼有一个跟实际比赛时一样大的土表(相扑竞技土台),您可以登到场上体验。即使在日本也很少有地方能够让游客体验相扑,而能够亲自登到土表上的就更为稀少了。在2楼,您可以了解到相扑的历史,还可以观摩各种展示,就此我们采访了馆内职员小池先生和蹴速相扑甚句会的会长吉村先生。



实物大小的相扑土表

据介绍,葛城市与相扑是很有渊源的。大和的当麻国里有一个名叫“当麻蹴速”的大力士,自诩力大无比,四处寻找与之比武的对手。垂仁天皇听闻此事,就命令出云国的大力士野见宿弥前去比武。垂仁7年7月7日当麻蹴速与野见宿弥展开了对决,相扑的历史就此展开。然而,当麻蹴速在比赛中丢了性命。

随后经过漫长的历史,相扑作为一项娱乐性的观战比赛在江户时代得到普及。据说,相扑共有88技呢。

蹴速座展示着许多讲述相扑历史的绘画和相片,从当麻蹴速和野见宿弥的故事到现代的力士琳琅满目。此外,可用于装饰的绚丽兜裆布、名次表以及力士们的道具和资料也应有尽有,绝对有趣。

相扑在长时间以来如此深受人们的喜爱,想必因相扑而殒命的当麻蹴速也能含笑九泉了吧。我小时候曾练过类似相扑的欧洲竞技项目“摔跤”,所以对日本相扑的历史和竞技也很感兴趣,实在是一次非常有趣的经历。



当麻蹴速和野见宿弥的对决

相扑体验

相扑馆还经常举办丰富多彩的活动,比如相扑甚句(相扑力士咏唱的一种独特的歌唱形式)会定期上演。除此之外,对于我这个外国人来说最要力推的要数相扑体验了!只要提前预约的话,谁都可以参加,很受老外追捧。您可以选择身上卷18米的白色兜裆布,也可穿力士服,还可在土表上接受技能指导,身临其境地体验一把日本相扑。兜裆布和力士服两种形式我都体验了!穿力士服的时候,因为太逗逼,大家都轰然大笑。如果您胆子够大的话,请一定围上兜裆布体验一下哦,一定最能让人感受到当力士的感觉。体验相扑能够让您快乐地学习到相扑的知识,到访相扑馆,请千万不要错过体验相扑哦。



穿兜裆布体验相扑



穿力士服体验相扑

我还假装是力士,一边走上土表,一边撒盐,这是为了将相扑场清洁干净。撒盐其实难度很高,起先我怎么也撒不好,后来用力一挥,终于成功了。真的不知道原来撒盐还需要那么大的力气!然后,我双脚轮流顿地(日语称四股),虚张声势地做了一套模拟动作,比如推对方的脸等常见技巧。土表是用硬土堆成的,想必真正的力士在比赛和练习中会经常受伤吧。大家在体验的时候一定要注意安全哦。

葛城市相扑馆“蹴速座”为大家提供了学习和体验日本国技的相扑的机会,敬请前来参观体验。



名次表

HAMMADOU Mouloud

详情 请扫描下方二维码

葛城市相扑馆蹴速座主页



<http://www.city.katsuragi.nara.jp/index.cfm/14,0,41.html>

超越时代的道路

竹内街道

· 最古老的官道

道路是人及物资移动的通道。没有路，物产就不可能翻山越岭得以流通，没有路，我们就无法与远方的人交流，没有路，就不可能跨海与国外相通。正因为有了路，才使得与其他地区和国家的交流成为可能。

竹内街道是连接大阪堺市与奈良葛城市的道路，长26公里。约1400年前，难波与飞鸟之间铺设了重要的官道，而竹内街道正与官道重叠，可以说竹内街道是日本最古老的官道。遣隋使曾踏着这段道路启程，飞鸟时代来自外国的使节也穿过这段道路走向飞鸟京。可以说，竹内街道简直是古代日本和外国交流之路。

· 遥想司马辽太郎之路

日本有位著名的历史小说家“司马辽太郎”。据说，司马辽太郎幼年时期，曾在葛城度过了一段时光。司马辽太郎在纪行文《街道漫步》中讲到竹内街道是“唯一一条应该被指定为国宝的道路”。

此外，该书还追忆了一件往事。司马辽太郎年轻时，与一位穿着红毛衣的从坡上骑自行车摔倒的年长女性擦肩而过。当时司马辽太郎正在上坡，隐约觉得她在冲自己嫣然一笑，回首看，却发现她已消失在一片房屋中，不见踪影。或许对于一个人来说，这真的是一瞬间的小事儿，但是对于司马辽太郎而言似乎是难以忘却的记忆。

道路不仅是人和物穿行的场所，还是相遇，酝酿回忆的道场。

· 竹内街道的现在

从近铁南大阪线的“磐城站”出站口出来后，左手边可以看到“竹内街道”的标识。按照标识走，就来到了一片寂静的街道中。往西一直走下去，就来到了一条又长又缓的坡道。随着时代变迁，竹内街道也变换着容颜。但是不变的是其重要性，江户时代，这里还有供伊势朝拜的旅人休憩的旅馆，其旧址至今还有所保留，从江户时代的旅馆，到现代的居民房屋，时代变迁，融汇成一条街道，留给现代人看。街道里没有高楼大厦，可以一边眺望二上山风景一边漫步，让人回味无穷。

即使时代变迁，物是人非，这条道路还是静静地被保留着。它既是国家的外交道路，也是回忆某人的道路，还是近代与现代共融的街道，迎着我们的到来。来吧，漫步于日本最古老的官道“竹内街道”，感受日本的昨天与今天吧。

李 鎬善

竹内街道地图



李 鎬善

- 参考文献 司马辽太郎《街道漫步1》(朝日文库)

名吃 中将饼

在葛城，红豆馅儿艾叶黏糕很受欢迎。这次，我们走访了位于当麻寺站附近的红豆馅儿黏糕老店“中将堂”，可在店内享用。

中将堂的中将饼是一种日式甜点，在柔软的艾叶黏糕上点缀宛如牡丹花瓣般的红豆馅儿，香气独特的艾叶与控制糖分的红豆馅儿构成绝妙的平衡，用牙签就可以轻松地将黏糕切开，口感柔软，堪称绝品。

一进到店里，首先映入眼帘的是中将饼的制作现场。店铺与中庭之间摆放桌椅，供旅途中的人们歇脚。“中将饼和煎茶套餐”里的中将饼有两块，采用葛城原产艾叶和奈良县的黏米制成，煎茶采用奈良县产的“大和茶”，让人可以尽情享受奈良的自然恩惠。

出了当麻寺站就可以看到中将堂，欢迎来这里小坐，享受充满日本风情的下午茶吧。



营业时间

• 9:00 - 18:00
• 售完为止。

歇业期间：

7月
8月中旬到8月31日
12月31日至1月初

详情请扫描下方二维码



<http://www.chujodo.com/>
(仅日语)



當麻寺

练供养会仪式 (圣众来迎练供养会仪式)

1 练供养会仪式 (圣众来迎练供养会仪式)

从近铁南大阪线的當麻寺站下车，虽然是5月的大热天，只见浩浩荡荡的人群涌上坡，这势头让人立刻明白今天这日子非同寻常。进入當麻寺境内，正殿和寺院南部的娑婆堂之间早已架起了100多米的桥（来迎桥），数百人翘首等待着仪式的开始。这光景已然让人觉得光怪陆离，然而好戏才刚刚开始。因为，今天是圣众来迎练供养会仪式的日子，该仪式有一千多年的历史，佛教信仰会淋漓尽致地得以再现。练供养会仪式是一种佛教法事，将本堂比作极乐世界，将娑婆堂比作人世间，由25个菩萨组成来迎的阵势，所谓来迎指的是人在临终时阿弥陀如来和菩萨前来迎接的意思。



100多米的“来迎桥”

2

到了下午四点，突然，静寂的寺院里铃铛、笛子、法螺贝奏鸣声起。参拜者的目光聚焦到了正殿上架起的来迎桥上，这时金童玉女队伍开始向娑婆堂方向前进。當麻寺净土宗寺院的僧侣们随后而至，寺院里洋溢着庄严神圣的气氛，让人不禁再次深深地感受到这一宗教法事的重要性。不知何时，雅乐的音色被僧侣的读经取代，蒙着菩萨面具的人从正殿开始走向娑婆堂，艳丽的服饰，给人一种不可思议的神秘感觉。头戴金色菩萨面具的25尊菩萨开始过桥，神秘的气氛更加浓重，缓缓地走向娑婆堂，这场面宛如梦境般，再现了来迎这一概念。



队伍回到本堂的场面

3

最后，观音菩萨手持莲花台，一边缓缓地左右抬起，一边走向娑婆堂。到了娑婆堂，观音菩萨接住已成佛身的中将姬像，然后25尊菩萨回到正殿，这时暮靄笼罩寺院，在一片诵经声中，法事落下了帷幕。

當麻寺是一座创立于612年的古刹。原本信奉南都六宗之一的三论宗，现在改信真言宗和净土宗。听说当今的练供养会形式可以追溯到镰仓时代，但也有说法认为1000多年前就开始了。當麻寺的练供养会仪式历史悠久，练供养会仪式其实普及到了日本全国，而當麻寺作为这项法事的发祥地，可以说有很重要的地位。

4

练供养会仪式每年在中将姬的忌日5月14日举行，下午4点开始，免费观看。中将姬是藤原丰成的女儿，16岁出家进入当麻寺，传说一晚上织成了象征阿弥陀如来极乐净土的当麻曼陀罗，直到现在一直被尊奉为该寺的本尊。此外，中将姬29岁的时候受到25位菩萨的迎接，往生于极乐世界。当麻寺的练供养会仪式为了将古时的净土教信仰发扬光大，再现了来迎的场面以菩萨面具及服装的形式。对于不太了解佛教的外国人（特别是欧美人）来说，这种仪式以具体的形式体现佛教信仰，是非常难得的。可让您近距离了解佛教的本质，接触日本文化，意义甚大。



地藏菩萨



6

何不来看看当麻寺的练供养会仪式，用眼睛和耳朵来感受来迎的精彩呢？此外，当麻寺还有其他不少看点，除练供养会仪式以及上文提到的当麻曼陀罗外，还有被称为双塔的东西两塔、春天的樱花、4月下旬盛开的牡丹、夏天的莲花和秋天的红叶……精彩不容错过，一定要来看看哦。

HEATON Thomas

有关主页请扫描下方二维码。



当麻寺（仅日语）

<http://taimadera-gonenin.or.jp>

5

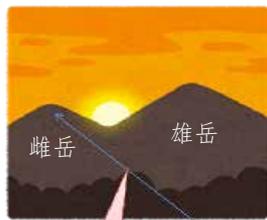
练供养会仪式每年参拜者络绎不绝，海外媒体竞相报道，该仪式受到地区“菩萨讲”这一团体的保护。练供养会仪式的成员几乎都是当地人，据当麻寺护念院的住持介绍，据说练供养会仪式已经成为当地人生活的一部分了。除观音菩萨、势至菩萨、普贤菩萨以外的菩萨均通过抽签决定由谁来扮演，直到仪式当天，成员不断组织商议，努力做着万全的准备。住持说，练供养会仪式对于当地人来说是一种表现自己的信仰，以及确认信仰的活动，非常有意义。由此我们可以感受到当地人虔诚的信仰之心。



菩萨面

跟随奈之良
一起远足

二上山 灵地之旅



从祐泉寺到
雌岳山顶需
35分钟

祐泉寺
(从车站步行约40分钟)

最佳拍摄点

道之站
当麻之家

石光寺
(从车站步行15分钟)

當麻山口神社
(从车站步行约25分钟)

近铁二上神社口站



起点



从二上山俯瞰奈良盆地

二上山由雄岳和雌岳两座相连的山峰组成，位于大和盆地西南部的金刚葛城山脉的最北端，洋溢着独有的美感。二上山附近，既有镇守山脚的神社——當麻山口神社，也有坐拥日本最古老石头佛像的石光寺，历史悠久，被称作神佛灵验的圣地。这次，我们就边走访这些灵地，边爬二上山，一起开启远足之旅吧。

當麻山口神社

走到二上山的山脚，万物静谧，一座石头制成的大型鸟居伫立在眼前，鸟居是神域与世俗界的结果，穿过去就进入了神域了。

高津祢宜夫妇与祖母已在神社的本殿等候我们的到来。为何鸟居不朝向神社的参拜道，而是面向二上山呢？据祢宜介绍，这有可能跟大津皇子有关，该皇子是一位日本历史上蒙受冤屈，英年早逝的悲情人物，死后被葬到二上山，鸟居朝向二上山是为了悼念大津皇子。日本著名作家五木宽之的《百寺巡礼》中写道“大和的人们，将大和（奈良）这边看做现世，把西边的河内（大阪）看做净土”。位于大和与河内之界的二上山可以说也是生与死的分界。



高津祢宜和第二鸟居

■ 神灵

社殿供奉三位神灵，分别是大山祇命、尔尔芸命和木花之佐久夜比卖夫妻二神。最尊贵的是面向拜殿右手边的掌管山中精灵的大山祇命，也是该神社最早的神。不知何时起，《古事记》中的尔尔芸命和木花之佐久夜比卖夫妻二神也被供奉起来，根据《古事记》的记载，木花神一夜怀孕，被丈夫怀疑不是自己的孩子，遂为了证明清白，就在产房中放火，生下了三个孩子。由此这个神社也衍生出保佑结缘、夫妻恩爱、子女健康的意味。

现代人听到高高在上的神灵也有如肥皂剧中人物一般的纠葛和人情，也会油然而生出亲近感吧。

那么，很多外国朋友这时可能会问，为何看不到供奉的神灵呢？实际上，神社境内是无法看到神灵的，要用心去感受才可。日本神道认为所有的事物中都有神灵的存在，山脉、岩石、河川等大自然才是神灵本身，可以说神社是一个让人不由思考古代日本人的本质，让人对八百万神升腾出敬畏之情的地方。當麻山口神社中，有威严屹立的古老杉树、深邃的森林，充满了无尽的神秘。在拜殿前合掌拍手，清脆响亮的声音回荡在寺院中，在驱邪的同时还有呼唤神灵的含意。

■ 祭神仪式

高津祢宜介绍说，早在901年，延喜式神名账（※指的是为全国官方神社一览）记载，该神社具有式内大社的规格，得到朝廷的敬奉。现在神社一年有四次祭祀活动，4月23日的御田植祭是为了祈祷五谷丰登，始于江户时代，已有350年以上的历史。在神前念完祈祷词后，众人开始模仿古时农耕的姿态，其中二人钻入黑布中扮作牛状，由另一人牵着，“牛”摇头摆尾，生猛喜人，还有一些人做播种耕地状，之后由神官向百姓撒供品“镜饼”，意味着吃供奉给神的食物，人也会获得神的力量，这是神道中“神人共食”的习俗。当地的孩子们在郊游后，就会聚集到神社中，一起举行祭祀活动。由此可见，当地人从小开始，对自然的崇拜之情就渗入到了骨髓中。

爬二上山之前，请一定要去當麻山口神社看看，感受一下那充满灵气的氛围，让身心得到一次放松和修整吧。



當麻山口神社御田植祭的场景



當麻山口神社

<http://www.taimayamaguchi-jinja.org/>

主页请扫描下方二维码。

二上山脚的石光寺，魅力无限

■与中将姬的渊源

除了天津皇子之外，与二上山相关的另一人物是中将姬。圣武天皇在位时期，出家到当麻寺的中将姬受到佛的感召，佛让她“从莲花茎中抽出丝来，到石光寺灵验的井中清洗”，中将姬就将莲花丝挂到井旁边的樱花树上等待晾干，随着丝的晾干，逐渐变成了五种颜色。染井目前在石光寺中。之后中将姬将丝带到当麻寺，一夜之间织成了当麻曼陀罗。石光寺的宗派“净土宗”是法然上人学习中国善导大师的教义，在镰仓时代开创的日本佛教宗派。对于外国人来说相当陌生的当麻曼陀罗，其实是波澜壮阔的极乐净土画卷。

日本作家折口信夫把中将姬的故事搬到了自己的小说《死者之书》中，其中讲到古代日本人有“太阳降落的地方是净土”这一传统观念。虔诚的中将姬望着二上山的西洋，恍惚间觉得看到了佛的幻影，突然消失了踪影，缓缓走向了二上山。由此可管窥到日本古代人的信仰姿态。



中将姬像与染井

■最古老的石佛

日本最古老的石佛位于石光寺。关于石佛的诞生，《当麻曼陀罗缘起绘卷》中有所描绘：一到晚上这里就会发出不可思议的光芒，当时在位的天智天皇（668年即位）命人挖掘，竟然出土了貌似佛的石头，之后被雕刻成弥勒如来，建造庙宇被供奉起来。此外，住持介绍说，从考古学的观点来看，白村江之战中被打败的百济人移居到了日本，或许是他们使用二上山的石头雕刻了佛像。可是石佛在今后的历史长河中消失了踪迹。

星月斗转，到了现代，1991年4月伴随该寺佛堂的重建，在发掘调查时，佛头和佛身出土，由于在日本历史上将一整石头雕刻成佛像，是史无前例的，所以被认定是日本最古老的石佛，各大报纸竞相报道。

历经多次火灾，石佛也被多次重新雕刻，住持意味深长地说，总觉得石佛的面庞看起来很亲切，每次端详，心都会慢慢平静下来。1320年岁月枯荣，石佛重新出现在我们的眼前。您何不也来一睹它的沧桑容颜呢？



日本最古老的石佛

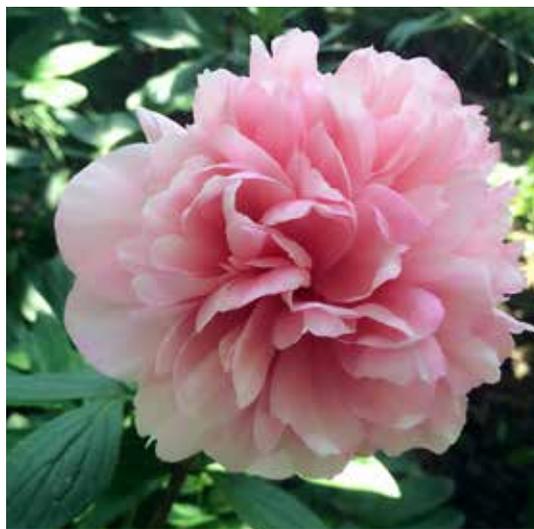
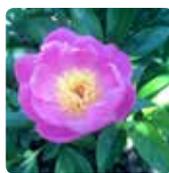


■花

除了神奇的传说、最古老的石佛，石光寺还有一个大看点就是花，该寺甚至还被誉为牡丹寺，种有2000多株牡丹、300多个品种（春牡丹最佳观赏期在4月下旬，寒牡丹最佳观赏期在12月初至中旬），还有1000多株美国芍药、100多个品种（最佳观赏期在5月初至中旬）。牡丹是弘法大使随遣唐使船到中国学习后带回到日本的，从那时起古时寺院开始种植药用牡丹。石光寺里牡丹的修剪、移植、培土、施肥都由住持一人操持。能够种出如此美丽的牡丹，有什么秘诀吗？住持这样回答到，“即使费尽心血，也总有枯萎的一天，虽然心存遗憾，但是一想到来年能够选种其他植物，我就领悟到了转换心情的重要性。这正是佛教不断行的教诲吧。”话语意味深长，对我们的生活也很有启迪。

在攀登二上山之前，欢迎来石光寺，看看那传说中的染井，与最古老的石佛照面，流连于花丛中，开启妙不可言的静心之旅。

张敏



采访时石光寺的芍药在怒放（5月中旬）



石光寺

<http://sekkouji.or.jp/>

主页请扫描下方二维码。

《奈之良》第6期取材地：葛城市

奈良的葛城是这样一个地方，既有精彩的传统祭典，栩栩如生地再现佛教信仰；也是相扑的发源地，您可以亲身过一把体验相扑竞技的瘾；既有洋溢日本文化起源之地古朴气息的街道，还有号称日本最高级别的官道；这次我们还走访了二上山周边的神社和寺院……为您呈现一个全方位感受日本历史文化的葛城市。触摸不同的文化，那文化的芬芳让人意犹未尽。欢迎来葛城观光体验！

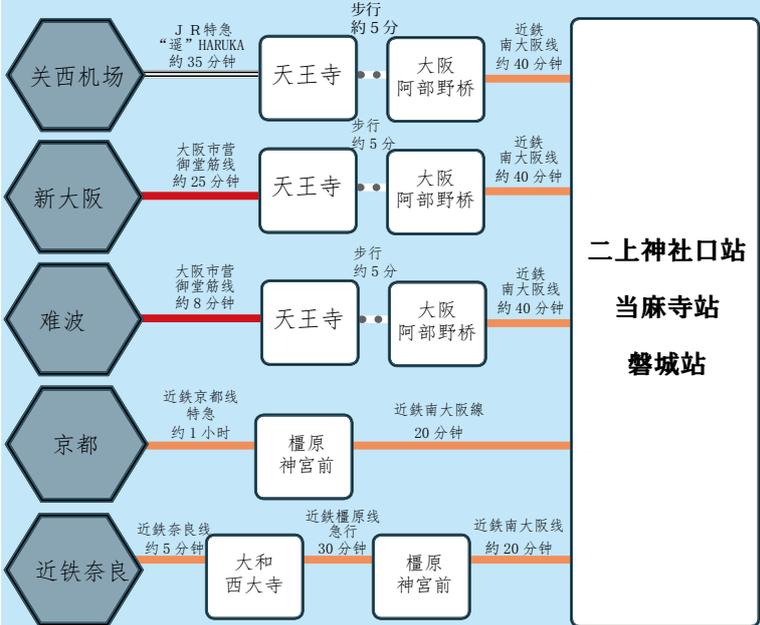
本期采访地



- P.2 相扑的发源地——葛城市：①相扑馆“蹴鞠座”
- P.3 竹内街道、中将饼：②竹内街道 ③中将堂
- P.4-5 当麻寺 练供养会式：④当麻寺
- P.6-7 二上山灵地之旅：⑤石光寺 ⑥当麻山神社
⑦祐泉寺 ⑧雄岳
⑨雌岳

交通路线

坐电车



开车

- 从关西机场约 50 分钟
- 从大阪市内约 40 分钟
- 南阪奈道路、葛城高速下车约 5 分钟
- 西名阪机动车道路、香芝高速下车、经国道 168 号线约 20 分钟
- 西名阪机动车道路、柏原高速下车、经国道 165 号线约 20 分钟

什么是《奈之良》？

大家好！

我们是奈良县国际课的国际交流员，主要从事国际交流和观光宣传活动，为促进奈良县与海外交流贡献着绵薄之力。

《奈之良》，字如其意，“奈良的好地方”。在外国人的眼中，奈良县有什么样的独特魅力呢？我们取材、撰写奈良县趣事乐闻，旨在将我们眼中的奈良魅力展现给海外游客。若能够激发您对奈良的兴趣，或成为您感受奈良魅力的出发点，我们将不胜荣幸。

奈良县国际交流员



編集後記

对于为本次采访提供特别帮助的以下单位特此鸣谢。
相扑馆“蹴鞠座”、石光寺、当麻寺、当麻山神社、中将堂及葛城市民。

《奈之良》

发行方：奈良县知事公室 国际课

发行日期：2016 年 8 月

若对本刊有任何意见或疑问，敬请联系以下单位

〒630-8501 奈良市登大路町 30 奈良县知事公室国际课

TEL：0742-27-8477

FAX：0742-22-1260