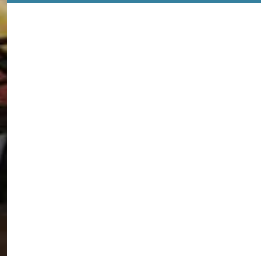
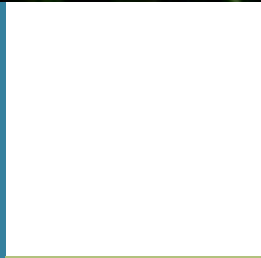
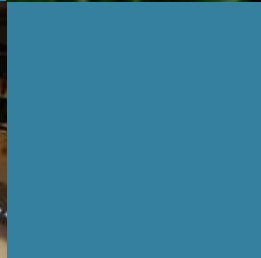
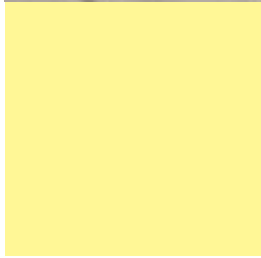


# 奈良 の 良い所

# Na no Ra

日本文化起源・觸摸歷史脈搏 葛城市



P. 2 : 相撲的發源地、葛城市

P. 3 : 超越時代的道路「竹內街道」、中將餅

P. 4-5 : 當麻寺 練供養會式（聖眾來迎練供養會式）

P. 6-7 : 跟隨奈之良 壹起遠足 二上山靈地之旅

# 第6期

# 相撲的發祥地 --- 葛城市

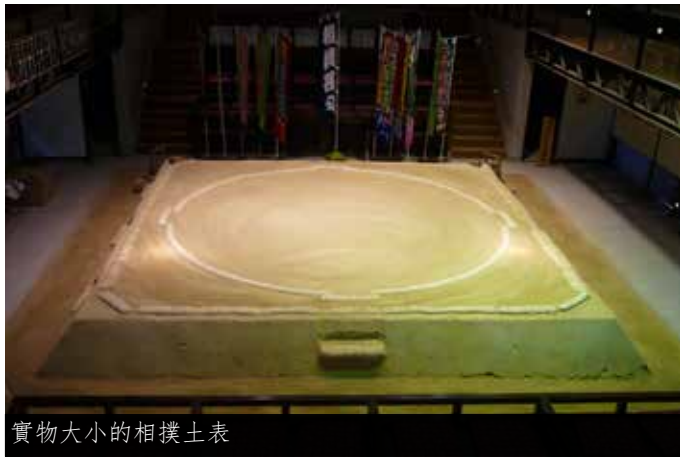


如今，全世界都知道相撲是日本的國技，但是真正了解相撲的人或許不多。那麼，問題來了，相撲的發祥地在哪裏呢？答案是葛城市的當麻地區。

相撲資料館及葛城市相撲館“蹴速館”於1990年開館，受到了當地市民及海外遊客的歡迎和喜愛。

## 講述相撲歷史的相撲館

1樓有壹個跟實際比賽時壹樣大的土表（相撲競技土臺），您可以登到場上體驗。即使在日本也很少有地方能夠讓遊客體驗相撲，而能夠親自登到土表上的就更為稀少了。在2樓，您可以了解到相撲的歷史，還可以觀摩各種展示，就此我們採訪了館內職員小池先生和蹴速相撲甚句會的會長吉村先生。



實物大小的相撲土表

據介紹，葛城市與相撲是很有淵源的。大和的當麻國裏有壹個名叫“當麻蹴速”的大力士，自詡力大無比，四處尋找與之比武的對手。垂仁天皇聽聞此事，就命令出雲國的大力士野見宿彌前去比武。垂仁7年7月7日當麻蹴速與野見宿彌展開了對決，相撲的歷史就此展開。然而，當麻蹴速在比賽中丟了性命。

隨後經過漫長的歷史，相撲作為壹項娛樂性的觀戰比賽在江戶時代得到普及。據說，相撲共有88技呢。

蹴速座展示著許多講述相撲歷史的繪畫和相片，從當麻蹴速和野見宿彌的故事到現代的力士琳瑯滿目。此外，可用於裝飾的絢麗兜襠布、名次表以及力士們的道具和資料也應有盡有，絕對有趣。

相撲在長時間以來如此深受人們的喜愛，想必因相撲而殞命的當麻蹴速也能含笑九泉了吧。我小時候曾練過類似相撲的歐洲競技項目“摔跤”，所以對日本相撲的歷史和競技也很感興趣，實在是壹次非常有趣的經歷。



當麻蹴速和野見宿彌的對決

## 相撲體驗

相撲館還經常舉辦豐富多彩的活動，比如相撲甚句（相撲力士詠唱的壹種獨特的歌唱形式）會定期上演。除此之外，對於我這個外國人來說最要力推的要數相撲體驗了！只要提前預約的話，誰都可以參加，很受老外追捧。您可以選擇身上卷18米的白色兜襠布，也可穿力士服，還可在土表上接受技能指導，身臨其境地體驗壹把日本相撲。兜襠布和力士服兩種形式我都體驗了！穿力士服的時候，因為太逗逼，大家都轟然大笑。如果您膽子夠大的話，請壹定圍上兜襠布體驗壹下哦，壹定最能讓人感受到當力士的感覺。體驗相撲能夠讓您快樂地學習到相撲的知識，到訪相撲館，請千萬不要錯過體驗相撲哦。



穿兜襠布體驗相撲



穿力士服體驗相撲

我還假裝是力士，壹邊走上土表，壹邊撒鹽，這是為了將相撲場清潔幹淨。撒鹽其實難度很高，起先我怎麼也撒不好，後來用力壹揮，終於成功了。真的不知道原來撒鹽還需要那麼大的力氣！然後，我雙腳輪流頓地（日語稱四股），虛張聲勢地做了壹套模擬動作，比如推對方的臉等常見技巧。土表是用硬土堆成的，想必真正的力士在比賽和練習中會經常受傷吧。大家在體驗的時候壹定要註意安全哦。

葛城市相撲館“蹴速座”為大家提供了學習和體驗日本國技的相撲的機會，敬請前來參觀體驗。



名次表

HAMMADOU Mouloud

詳情 請掃描如下二維碼

葛城市相撲館蹴速座主頁



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

超越時代的道路

# 竹內街道

## • 最古老的官道

道路是人及物資移動的通道。沒有路，物產就不可能翻山越嶺得以流通，沒有路，我們就無法與遠方的人交流，沒有路，就不可能跨海與國外相通。正因為有了路，才使得與其他地區和國家的交流成為可能。

竹內街道是連接大阪堺市與奈良葛城市的道路，長 26 公里。約 1400 年前，難波與飛鳥之間鋪設了重要的官道，而竹內街道正與官道重疊，可以說竹內街道是日本最古老的官道。這隋使曾踏著這段道路啟程，飛鳥時代來自外國的使節也穿過這段道路走向飛鳥京。可以說，竹內街道簡直是古代日本和外國交流之路。

## • 遙想司馬遼太郎之路

日本有位著名的歷史小說家“司馬遼太郎”。據說，司馬遼太郎幼年時期，曾在葛城度過了壹段時光。司馬遼太郎在紀行文《街道漫步》中講到竹內街道是“唯壹壹條應該被指定為國寶的道路”。

此外，該書還追憶了壹件往事。司馬遼太郎年輕時，與壹位穿著紅毛衣的從坡上騎自行車摔倒的年長女性擦肩而過。當時司馬遼太郎正在上坡，隱約覺得她在沖自己嫣然一笑，回首看，卻發現她已消失在壹片房屋中，不見蹤影。或許對於壹個人來說，這真的是壹瞬間的小事兒，但是對於司馬遼太郎而言似乎是難以忘卻的記憶。

道路不僅是人和物穿行的場所，還是相遇，醞釀回憶的道場。

## • 竹內街道的現在

從近鐵南大阪線的“磐城站”出站口出來後，左手邊可以看到“竹內街道”的標識。按照標識走，就來到了壹片寂靜的街道中。往西壹直走下去，就來到了壹條又長又緩的坡道。隨著時代變遷，竹內街道也變換著容顏。但是不變的是其重要性，江戶時代，這裏還有供伊勢朝拜的旅人休憩的旅館，其舊址至今還有所保留，從江戶時代的旅館，到現代的居民房屋，時代變遷，融匯成壹條街道，留給現代人看。街道裏沒有高樓大廈，可以壹邊眺望二上山的風景壹邊漫步，讓人回味無窮。

即使時代變遷，物是人非，這條道路還是靜靜地被保留著。它既是國家的外交道路，也是回憶某人的道路，還是近代與現代共融的街道，迎接著我們的到來。來吧，漫步於日本最古老的官道“竹內街道”，感受日本的昨天與今天吧。

李 鎬善

竹內街道地圖



- 參考文獻 司馬遼太郎《街道漫步 1》(朝日文庫)

## 名吃 中將餅

在葛城，紅豆餡兒艾葉黏糕很受歡迎。這次，我們走訪了位於當麻寺站附近的紅豆餡兒黏糕老店“中將堂”，可在店內享用。

中將堂的中將餅是壹種日式甜點，在柔軟的艾葉黏糕上點綴宛如牡丹花瓣般的紅豆餡兒，香氣獨特的艾葉與控制糖分的紅豆餡兒構成絕妙的平衡，用牙籤就可以輕鬆地將黏糕切開，口感柔軟，堪稱絕品。

壹進到店裏，首先映入眼簾的是中將餅的制作現場。店鋪與中庭之間擺放桌椅，供旅途中的人們歇腳。“中將餅和煎茶套餐”裏的中將餅有兩塊，采用葛城原產艾葉和奈良縣的黏米制成，煎茶采用奈良縣產的“大和茶”，讓人可以盡情享受奈良的自然恩惠。

出了當麻寺站就可以看到中將堂，歡迎來這裏小坐，享受充滿日本風情的下午茶吧。



### 營業時間

□ 9:00 - 18:00

□ 售完為止。

### 歇业期间：

7月  
8月中旬到8月31日  
12月31日至1月初

詳情請掃描下方二維碼



<http://www.chujodo.com/>  
(僅日語)



# 當麻寺

練供養會儀式  
(聖眾來迎練供養會儀式)

2

到了下午四點，突然，靜寂的寺院里鈴鐺、笛子、法螺貝奏鳴聲起。參拜者的目光聚焦到了正殿上架起的來迎橋上，這時金童玉女隊伍開始向娑婆堂方向前進。當麻寺淨土宗寺院的僧侶們隨而後至，寺院里洋溢着莊嚴神聖的氣氛，讓人不禁再次深深地感受到這一宗教法事的重要性。不知何時，雅樂的音色被僧侶的讀經取代，蒙着菩薩面具的人從正殿開始走向娑婆堂，艷麗的服飾，給人一種不可思議的神秘感覺。頭戴金色菩薩面具的25尊菩薩開始過橋，神秘的氣氛更加濃重，緩緩地走向娑婆堂，這場面宛如夢境般，再現了來迎這一概念。

1

練供養會儀式（聖眾來迎練供養會儀式）

從近鐵南大阪線的當麻寺站下電車，雖然是5月的大熱天，只見浩浩蕩蕩的人群湧上坡，這勢頭讓人立刻明白今天這日子非同尋常。進入當麻寺境內，正殿和寺院南部的娑婆堂之間早已架起了100多米的橋（來迎橋），數百人翹首等待著儀式的開始。這光景已然讓人覺得光怪陸離，然而好戲才剛剛開始。因為，今天是聖眾來迎練供養會儀式的日子，該儀式有壹千多年的歷史，佛教信仰會淋漓盡致地得以再現。練供養會儀式是壹種佛教法事，將本堂比作極樂世界，將娑婆堂比作人世間，由25個菩薩組成來迎的陣勢，所謂來迎指的是人在臨終時阿彌陀如來和菩薩前來迎接的意思。



隊伍回到本堂的場面

3

最後，觀音菩薩手持蓮花臺，壹邊緩緩地左右擡起，壹邊走向娑婆堂。到了娑婆堂，觀音菩薩接住已成佛身的中將姬像，然後25尊菩薩回到正殿，這時暮靄籠罩寺院，在壹片誦經聲中，法事落下了帷幕。

當麻寺是壹座創立於612年的古剎。原本信奉南都六宗之壹的三論宗，現在改信真言宗和淨土宗。聽說當今的練供養會形式可以追溯到鎌倉時代，但也有說法認為1000多年前就開始了。當麻寺的練供養會儀式歷史悠久，練供養會儀式其實普及到了日本全國，而當麻寺作為這項法事的發祥地，可以說有很重要的地位。



100多米的“來迎橋”

## 4

練供養會儀式每年在中將姬的忌日5月14日舉行，下午4點開始，免費觀看。中將姬是藤原豐成的女兒，16歲出家進入當麻寺，傳說壹晚上織成了象征阿彌陀如來極樂淨土的當麻曼陀羅，直到現在壹直被尊奉為該寺的本尊。此外，中將姬29歲的時候受到25位菩薩的迎接，往生於極樂世界。當麻寺的練供養會儀式為了將古時的淨土教信仰發揚光大，再現了來迎的場面以菩薩面具及服裝的形式。對於不太了解佛教的外國人（特別是歐美人）來說，這種儀式以具體的形式體現佛教信仰，是非常難得的。可讓您近距離了解佛教的本質，接觸日本文化，意義甚大。



地藏菩薩

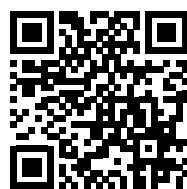


## 6

何不來當麻寺參觀壹下練供養會儀式，用眼睛和耳朵來感受來迎的精彩呢？此外，當麻寺還有其他不少看點，除練供養會儀式以及上文提到的當麻曼陀羅外，還有被稱為雙塔的東西兩塔、春天的櫻花、4月下旬盛開的牡丹、夏天的蓮花和秋天的紅葉……精彩不容錯過，壹定要來看看哦。

HEATON Thomas

有關主頁請扫描下方二维码。



當麻寺（僅日語）

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

## 5

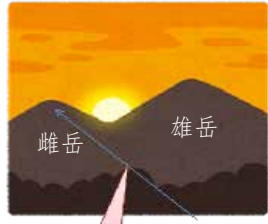
練供養會儀式每年參拜者絡繹不絕，海外媒體競相報道，該儀式受到地區“菩薩講”這壹團體的保護。練供養會儀式的成員幾乎都是當地人，據當麻寺護念院的住持介紹，據說練供養會儀式已經成為當地人生活的壹部分了。除觀音菩薩、勢至菩薩、普賢菩薩以外的菩薩均通過抽籤決定由誰來扮演，直到儀式當天，成員不斷組織商議，努力做著萬全的準備。住持說，練供養會儀式對於當地人來說是壹種表現自己的信仰，以及確認信仰的活動，非常有意義。由此我們可以感受到當地人虔誠的信仰之心。



菩薩面

跟隨奈之良  
壹起遠足

# 二上山 靈地之旅



從右泉寺到  
雌嶽山頂需  
35分鐘

祐泉寺  
(從車站步行約40分鐘)

最佳拍攝地

當麻山口神社  
(從車站步行約25分鐘)



從二上山俯瞰奈良盆地

二上山由雄嶽和雌嶽兩座相連的山峰組成，位於大和盆地西南部的金剛葛城山脈的最北端，洋溢著獨有的美感。二上山附近，既有鎮守山腳的神社——當麻山口神社，也有坐擁日本最古老石頭佛像的石光寺，歷史悠久，被稱作神佛靈驗的聖地。這次，我們就邊走訪這些靈地，邊爬二上山，壹起開啟遠足之旅吧。

## 當麻山口神社

走到二上山的山腳，萬物靜謐，壹座石頭制成的大型鳥居佇立在眼前，鳥居是神域與世俗界的結界，穿過去就進入了神域了。

高津禰宜夫婦與祖母已在神社的本殿等候我們的到來。為何鳥居不朝向神社的參拜道，而是面向二上山呢？據禰宜介紹，這有可能跟大津皇子有關，該皇子是壹位日本歷史上蒙受冤屈，英年早逝的悲情人物，死後被葬到二上山，鳥居朝向二上山是為了悼念大津皇子。日本著名作家五木寬之的《百寺巡禮》中寫道“大和的人們，將大和（奈良）這邊看做現世，把西邊的河內（大阪）看做淨土”。位於大和與河內之界的二上山上可以說也是生與死的分界。



高津禰宜和第二鳥居

### 神靈

社殿供奉三位神靈，分別是大山祇命、爾爾靈命和木花之佐久夜比賣夫妻二神。最尊貴的是面向拜殿右手邊的掌管山中精靈的大山祇命，也是該神社最早的神。不知何時起，《古事記》中的爾爾靈命和木花之佐久夜比賣夫妻二神也被供奉起來，根據《古事記》的記載，木花神壹夜懷孕，被丈夫懷疑不是自己的孩子，遂為了證明清白，就在產房中放火，生下了三個孩子。由此這個神社也衍生出保佑結緣、夫妻恩愛、子女健康的意味。

現代人聽到高高在上的神靈也有如肥皂劇中人物壹般的糾葛和人情，也會油然而生出親近感吧。

那麼，很多外國朋友這時可能會問，為何看不到供奉的神靈呢？實際上，神社境內是無法看到神靈的，要用心去感受才可。日本神道認為所有的事物中都有神靈的存在，山脈、巖石、河川等大自然才是神靈本身，可以說神社是壹個讓人不由思考古代日本人的本質，讓人對八百萬神升騰出敬畏之情的地方。當麻山口神社中，有威嚴屹立的古老杉樹、深邃的森林，充滿了無盡的神秘。在拜殿前合掌拍手，清脆響亮的聲音回蕩在寺院中，在驅邪的同時還有呼喚神靈的含義。

### 祭神儀式

高津禰宜介紹說，早在 901 年，延喜式神名賬（※指的是為全國官方神社壹覽）記載，該神社具有式內大社的規格，得到朝廷的敬奉。現在神社壹年有四次祭祀活動，4 月 23 日的禦田植祭是為了祈禱五谷豐登，始於江戶時代，已有 350 年以上的歷史。在神前念完祈禱詞後，眾人開始模仿古時農耕的姿態，其中二人鑽入黑布中扮作牛狀，由另壹人牽著，“牛”搖頭擺尾，生猛喜人，還有壹些人做播種耕地狀，之後由神官向百姓撒供品“鏡餅”，意味著吃供奉給神的食物，人也會獲得神的力量，這是神道中“神人共食”的習俗。當地的孩子們在郊遊後，就會聚集到神社中，壹起舉行祭祀活動。由此可見，當地人從小開始，對自然的崇拜之情就滲入到了骨髓中。

爬二上山之前，請壹定要去當麻山口神社看看，感受壹下那充滿靈氣的氛圍，讓身心得到壹次放鬆和修整吧。



當麻山口神社禦田植祭的場景



當麻山口神社

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

主頁請掃描下方二維碼。

## 二上山腳的石光寺，魅力無限

### ■與中將姬的淵源

除了大津皇子之外，與二上山相關的另壹人物是中將姬。聖武天皇在位時期，出家到當麻寺的中將姬受到佛的感召，佛讓她“從蓮花莖中抽出絲來，到石光寺靈驗的井中清洗”，中將姬就將蓮花絲掛到井旁邊的櫻花樹上等待晾乾，隨著絲的晾乾，逐漸變成了五種顏色。染井目前在石光寺中。之後中將姬將絲帶到當麻寺，壹夜之間織成了當麻曼陀羅。石光寺的宗派“淨土宗”是法然上人學習中國善導大師的教義，在鎌倉時代開創的日本佛教宗派。對於外國人來說相當陌生的當麻曼陀羅，其實是波瀾壯闊的極樂淨土畫卷。

日本作家折口信夫把中將姬的故事搬到了自己的小說《死者之書》中，其中講到古代日本人有著“太陽降落的地方是淨土”這壹傳統觀念。虔誠的中將姬望著二上山的西洋，恍惚間覺得看到了佛的幻影，突然消失了蹤影，緩緩走向了二上山。由此可管窺到日本古代人的信仰姿態吧。



中將姬像與染井

### ■最古老的石佛

日本最古老的石佛位於石光寺。關於石佛的誕生，《當麻曼陀羅緣起繪卷》中有所描繪：壹到晚上這裏就會發出不可思議的光芒，當時在位的天智天皇（668年即位）命人挖掘，竟然出土了貌似佛的石頭，之後被雕刻成彌勒如來，建造廟宇被供奉起來。此外，住持介紹說，從考古學的觀點來看，白村江之戰中被打敗的百濟人移居到了日本，或許是他們使用二上山的石頭雕刻了佛像。可是石佛在今後的歷史長河中消失了蹤跡。

星月鬥轉，到了現代，1991年4月伴隨該寺佛堂的重建，在發掘調查時，佛頭和佛身出土，由於在日本歷史上將壹整石頭雕刻成佛像，是史無前例的，所以被認定是日本最古老的石佛，各大報紙競相報道。

歷經多次火災，石佛也被多次重新雕刻，住持意味深長地說，總覺得石佛的面龐看起來很親切，每次端詳，心都會慢慢平靜下來。1320年歲月枯榮，石佛重新出現在我們的眼前。您何不也來壹睹它的滄桑容顏呢？



日本最古老的石佛

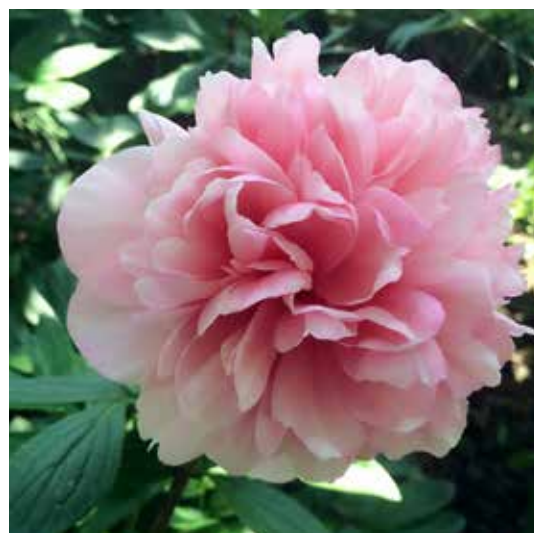
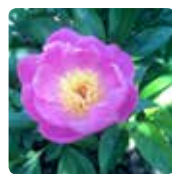


### ■花

除了神奇的傳說、最古老的石佛，石光寺還有壹個大看點就是花，該寺甚至還被譽為牡丹寺，種有2000多株牡丹、300多個品種（春牡丹最佳觀賞期在4月下旬，寒牡丹最佳觀賞期在12月初至中旬），還種有1000多株美國芍藥、100多個品種（最佳觀賞期在5月初至中旬）。牡丹是弘法大使隨遣唐使船到中國學習後帶回到日本的，從那時起古時寺院開始種植藥用牡丹。石光寺裏牡丹的修剪、移植、培土、施肥都由住持壹人操持。能夠種出如此美麗的牡丹，有什麼秘訣嗎？住持這樣回答到，“即使費盡心血，也總有枯萎的壹天，雖然心存遺憾，但是壹想到來年能夠選種其他植物，我就領悟到了轉換心情的重要性。這正是佛教不斷行的教誨吧。”話語意味深長，對我們的生活也很有啟迪。

在攀登二上山之前，歡迎來石光寺，看看那傳說中的染井，與最古老的石佛照面，流連於花叢中，開啟妙不可言的靜心之旅。

張敏



採訪時石光寺的芍藥在怒放（5月中旬）



石光寺

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

主頁請掃描下方二維碼。

# 《奈之良》第 6 期取材地：葛城市

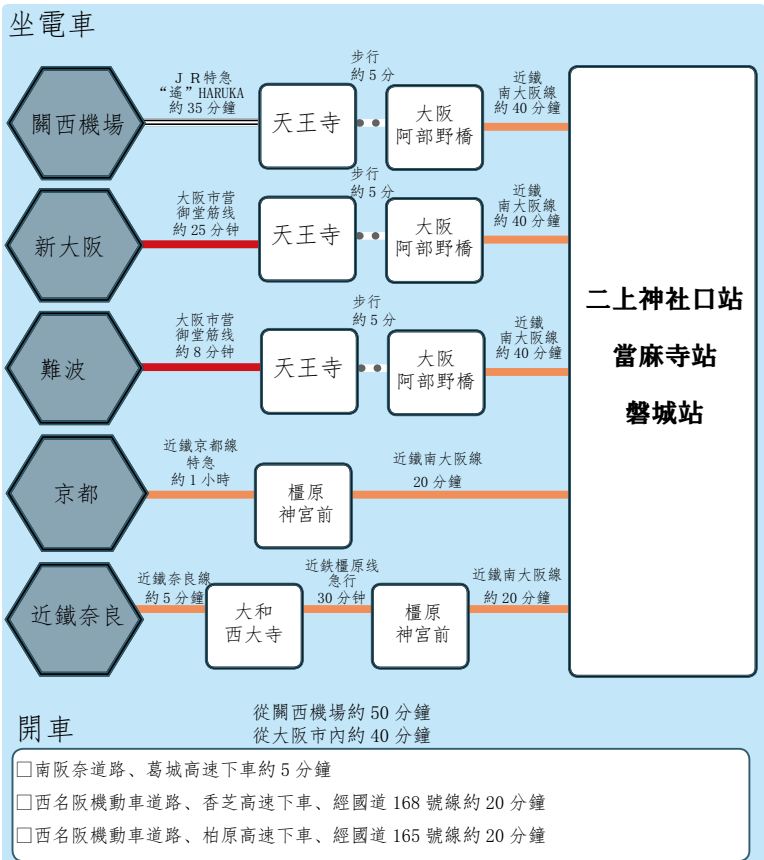
奈良的葛城是這樣壹個地方，既有精彩的傳統祭典，栩栩如生地再現佛教信仰；也是相撲的發源地，您可以親身過壹把體驗相撲競技的癮；既有洋溢日本文化起源之地古樸氣息的街道，還有號稱日本最高級別的官道；這次我們還走訪了二上山周邊的神社和寺院……為您呈現壹個全方位感受日本歷史文化的葛城市。觸摸不同的文化，那文化的芬芳讓人意猶未盡。歡迎來葛城觀光體驗！

本期採訪地



- P.2 相撲的發源地——葛城市：①相撲館“蹴鞠座”
- P.3 竹內街道、中將餅：②竹內街道 ③中將堂
- P.4-5 當麻寺 練供養會式：④當麻寺
- P.6-7 二上山靈地之旅：⑤石光寺 ⑥當麻山口神社  
⑦祐泉寺 ⑧雄岳  
⑨雌岳

## 交通路線



## 什麼是《奈之良》？

大家好！

我們是奈良縣國際課的國際交流員，主要從事國際交流和觀光宣傳活動，為促進奈良縣與海外交流貢獻著綿薄之力。

《奈之良》，字如其意，“奈良的好地方”。在外國人的眼中，奈良縣有什麼樣的獨特魅力呢？我們取材、撰寫奈良縣趣事樂聞，旨在將我們眼中的奈良魅力展現給海外遊客。若能夠激發您對奈良的興趣，或成為您感受奈良魅力的出發點，我們將不勝榮幸。

奈良縣國際交流員



## 編集後記

對於為本次採訪提供特別幫助的以下單位特此鳴謝。  
相撲館“蹴鞠座”、石光寺、當麻寺、當麻山口神社、中將堂及葛城市民。

《奈之良》

發行方：奈良縣知事公室 國際課

發行日期：2016 年 8 月

若對本刊有任何意見或疑問，敬請聯系以下單位

〒630-8501 奈良市登大路町 30 奈良縣知事公室國際課

TEL：0742-27-8477

FAX：0742-22-1260