



# 日本 四國遍路 空海大師足跡朝聖全覽 18 天

(聯營 精緻小團)



## 【什麼是四國遍路？】

四國，分別是德島（古名：阿波）、高知（古名：土佐）、愛媛（古名：伊予）及香川（古名：讚岐）四個諸侯國組成而得名。八十八所寺院遍佈於四國：德島的「發心道場」、高知的「修行道場」、愛媛的「菩提道場」及香川的「涅槃道場」，其中包含 88 處「正式的」寺院以及多處靈場，這些地方據傳是在 9 世紀時僧侶空海（弘法大師）的修行地。行程總長約 1,200 公里，行走遍路的過程中，會經過筆直公路、廣闊海洋、城市繁華、鄉間田野、彎曲山路、深山寧靜...等。

日本真言宗的開山祖師空海大師為了消解世人的災厄而遍遊四國各地佈教，並開創了 88 所寺院。相傳古時的日本，有一段時間庶民只能以出外參拜作為旅行的理由。而江戶時代，有些地方更以遍路作為成人禮，認為走過遍路，才算是大人。雖源自佛教，這是一條空海大師願心相印，追尋心靈平靜與自我對話的沉澱之路。

## 【為什麼要走遍路?】

常有人問：人生到底要追求什麼？是財富自由、還是健康快樂；無論什麼理由，大家都很認真努力過著自己理想中的生活；但，曾幾何時，我們的心靈，是否有被照顧到呢？

來走遍路的人，有些人是出於宗教理由，有些則是為了家人祈求健康或平安，有些人則是為了追思逝去的故人；另外有些人是為了暫時離開平日的生活，有些人是為了娛樂而來，有些人則是希望與自己獨處並尋找自我。這段朝聖不應該被看成像是集章兌換贈品一般，它是一段宗教之旅，更是作為現代人的療癒之旅。

朝聖，放下現有的束縛，跳脫生活的金錢框架，行走在寧靜的山海之間，隨著空海大師的腳步，一起發心、修行、證菩提，願我們都能悟道圓滿。遍路，即人生道路，長短自制，寬窄自釋。行住坐臥之間，與心靈對話，與空海相印。



## 【行程特色】

- 我們將記錄足跡的【御朱印】納入行程的一部分。
- 安排搭乘【旅遊商務車】，不用全程走路。為您準備【滿願證書】畫下完美的句點。
- 88 所寺院朝禮，與空海大師同行，陪您走遍總長約 1,200 公里的發心、修行、菩提、涅槃修行道場。

### ●專業導遊帶領朝聖完整流程

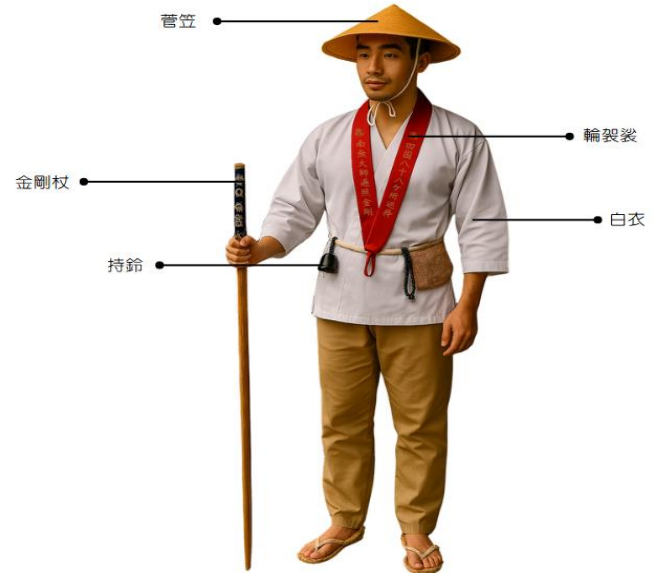
- \*山門：首先在山門前左側，朝正殿雙手合十一拜。
- \*水屋（洗手處）：洗手漱口以淨身，並掛上袈裟並準備念珠。
- \*鐘樓：敲鐘一次。離開時敲鐘相傳不吉利。
- \*正殿：將納札與抄寫經文放入箱中，供香、點燈並參拜、誦持般若波羅蜜多心經。
- \*大師堂：和正殿一樣參拜並誦持般若波羅蜜多心經。
- \*納經所：於納經帳上接受墨書與蓋朱印。

\*山門：從左側離開山門，轉身後一拜。

專業導遊帶您一起走完朝禮儀式，也將述說【空海大師】的傳奇故事，娓娓道來。

### ●包含朝聖裝備【遍路八寶】

1. 身穿【白衣】 象徵朝聖者的無垢與純淨。
2. 頭戴【菅笠】 為您遮陽擋雨。
3. 手持【金剛杖】即弘法大師的化身，引導朝聖者兩人同行。
4. 身帶【持鈴】 每次誦經時必備搖鈴。
5. 肩披【輪袈裟】象徵佛教徒的整件式袈裟，代表皈依佛門。
6. 88所御朱印 凡走過必留下足跡，朱印即成為遍路的最佳印記，帶您集好集滿。
7. 納金帳：不僅帶您集朱印，菩提邦連【納金帳】都幫您準備好了。
8. 滿願證書 為避免留下遺憾，藉此張證書，特此授證。



因成本高，通常不願內含以上項目。但，我們做好這一切的安排，皆為了讓您參與此趟畢生的朝聖旅程了無遺憾。我們誠心只願成就圓滿所有朝聖者。



## 【精緻小團包車】

全程以 6 人成團、8 人滿團的小包團形式，安排搭乘『商務旅遊車』，機動性高，若行走不便時，隨時可以在車上休息，儲備體力，再出發！

### 參考航班

行程	航空公司	離境城市	抵達城市	起訖城市	飛行時間
(去程)	華航 CI178	台北桃園 TPE 14:30	高松 TAK 18:05	台北桃園 高松	2H35M
(回程)	華航 CI173	大阪關西 KIX 19:05	台北桃園 TPE 21:10	大阪關西 台北桃園	3H05M

### 【強調說明】

1.上方提供之航班僅供參考，實際航班時間以航空公司為最終確認，若因航空公司或不可抗力因素，變動航班時間或轉機點，造成團體行程變更、增加餐食，本公司將不另行加價。若行程變更、減少餐食，則酌於退費。

2.特別說明:幾乎所有航空公司之團體機票(含燃油附加稅)一經開票後，均無退票價值，此點基於航空公司之規定，敬請見諒。

**3.無法指定座位，如需指定座位,每段航程需另額外收費(指定座位費，依現場實際金額收取)團員可自行更換。**

## 【每日行程】

### DAY1 桃園機場→高松空港

今日抵達高今日抵達高松空港

早餐：敬請自理 午餐：敬請自理 晚餐：機上餐點 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 OR 溫泉飯店

### DAY2 德島地區【1 番札所-靈山寺、2 番札所-極樂寺、3 番札所-金泉寺、4 番札所-大日寺、5 番札所-地藏寺、別格 1-大山寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【1 番札所-靈山寺】此行的第一站，在此整備遍路服飾和工具。

【2 番札所-極樂寺】以優美的庭園著稱，是進行冥想的理想之地。

【3 番札所-金泉寺】弘仁年間，弘法大師前往四國巡教時，看到村民遭受乾旱之苦，於是在這裡挖了一口

井。從這口井湧出的水是神聖之水，被認為是「帶來長壽的黃金之井」，因此寺院也從「金光明寺」改



名為「金泉寺」。

【4 番札所-大日寺】本堂供奉著弘法大師親手雕刻的大日如來像，也因此作為寺院名稱。境內的西國三十三觀音像和朱紅色的鐘樓門，是最大的特色。

【5 番札所-地藏寺】以身長約 5 公分的胎內佛勝軍地藏菩薩聞名，內殿的五百羅漢堂則供奉著許多尊表情各異的羅漢像



【別格 1-大山寺】供奉千手觀音，開基約西元 500 年，擁有許多楓葉參道、境內古木參天的銀杏及弘法大師的加護石。

**DAY3 德島地區【6 番札所-安樂寺、7 番札所-十樂寺、8 番札所-熊谷寺、9 番札所-法輪寺、10 番札所-切幡寺、11 番札所-藤井寺、12 番札所-燒山寺（難所）】**

**早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店**

【6 番札所-安樂寺】擁有超過 400 年歷史的天然溫泉宿坊，廣受遍路朝聖者的好評。寺院裡還有一棵守護大師的松樹，流傳著一個神奇的故事...。

【7 番札所-十樂寺】以祈求擺脫八種痛苦、帶來十種快樂的寺院而聞名。據說參拜治眼疾目救歲地藏尊，可治療眼疾，吸引了許多朝聖者前來祈願。

【8 番札所-熊谷寺】擁有四國最大仁王門的熊谷寺，是四國遍路八十八箇所的第 8 所，也是著名的賞櫻景點。建於西元 1774 年的多寶塔，是四國最古老、最大的多寶塔，色彩鮮豔的屋簷引人注目。

【9 番札所-法輪寺】擁有四國最大仁王門的熊谷寺，是四國遍路八十八箇所的第 8 所，也是著名的賞櫻景點。建於西元 1774 年的多寶塔，是四國最古老、最大的多寶塔，色彩鮮豔的屋簷引人注目。本尊涅槃釋迦如來是八十八箇所供奉的佛像中，唯一的一尊臥佛像。此外，也是一座專門祈求雙腳健康的佛寺，納經所內有販售草鞋護身符。

【10 番札所-切幡寺】空海經過此地時，因衣服破了而請求織布女給他一些布補僧服，織布女不惜將剛織好的布剪開分給他。空海聽說女孩的心願是「服侍佛門，解救眾生」，於是空海大師為之灌頂得度。女孩即身成佛，變身為千手觀音的身姿。



【11 番札所-藤井寺】供奉的本尊藥師如來，據說是八十八所佛寺中最古老的。境內有弘法大師親手栽種的紫藤樹，到花季時綻放著五色紫藤花，被稱為紫藤賞花名勝。

【12 番札所-燒山寺】傳說當地岩窟中住有一條很大的毒蛇，其吐出的火危害附近一帶的農作物和人畜。弘仁 6 年(公元 815 年)，弘法大師巡拜至此，在一棵杉樹下休息，夢中見到阿彌陀如來，醒來後發現眼前一片火海，魔蛇將全山幻化成一片火海。大師於是先到垢取川淨身，然後一邊結法輪印、一邊唸真言登山，火勢逐漸減弱，到達九合目時，魔蛇從岩窟中飛出來，此時虛空藏菩薩出現，與大師合力將魔蛇封鎖在岩窟裡。

DAY4 德島地區【13 番札所-大日寺、14 番札所-常樂寺、15 番札所-國分寺、16 番札所-觀音寺、17 番札所-井戶寺、18 番札所-恩山寺、19 番札所-立江寺、別格 2-童學寺、別格 3-慈眼寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【13 番札所-大日寺】是一座供奉著本尊十一面觀世音、側佛大日如來兩尊佛像的佛寺。在江戶時代佛教、神道教合一前，是負責管理一宮神社的別當寺。

【14 番札所-常樂寺】是八十八所佛寺中，唯一以彌勒佛為本尊的佛寺。境內充滿了流水岩庭園所展現的自然美景，由奇形怪狀的岩盤斷層所形成，是其一大特色。

【15 番札所-國分寺】寺院內還殘留著日本聖武天皇下令修建的遺跡，這些歷史遺跡證明了該建築在當年建造時的繁盛。

【16 番札所-觀音寺】坐落在古老的城鎮景觀中，深受當地人喜愛，據說有位失明者在千手觀音的庇佑下重見光明，讓當地信眾廣為流傳，成為佳話。

【17 番札所-井戶寺】據說本尊七佛藥師如來是聖德太子所創作，境內有弘法大師挖掘的井，許多信眾都來這裡取神奇的加持井水，祈求健康平安。

【18 番札所-恩山寺】思念母親的空海，在以前，許多寺是女人禁制的修行道場。空海在恩山寺苦修時，他的母親玉依御前從善通寺來看他。那時空海為了祈求能解除女人進入的禁令，便在附近的瀑布苦修祕法十七日，使得女人禁制開解，他能親自迎接母親的來訪。據說之後，他的母親就剃髮出家了。

【1 番札所-立江寺】島根縣一位名叫阿京的女性殺了先生，與外遇對象一起逃到四國來。她帶著反省的心意參拜這裡的本尊時，阿京的黑髮與鐘的線捲在一起。在阿京深刻懺悔之後黑髮和頭上的肉一起剝離，勉強得救活了下來。立江寺是四國靈場的關所寺之一，惡人進入



後，必會受到審判。

【別格 2-童學寺】主神是國寶級的藥師如來，供奉大師幼年學問修行的大師堂，江戶時期的笑顏山門，寺廟內滿布許願的風鈴~微風吹來伴隨清脆的樂章。

【別格 3-慈眼寺】供奉十一面觀世音菩薩，深山林內的主堂，灌頂的瀧及鐘乳石的穴禪定。

DAY5 室戶岬地區 【20 番札所-鶴林寺 ( 難所 )、21 番札所-太龍寺 ( 難所 )、22 番札所-平等寺、23 番札所-藥王寺 ( 除厄 )、24 番札所-最御崎寺、25 番札所-津照寺、別格 4-鯖大師本坊】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【20 番札所-鶴林寺】坐落在深山中的鶴林寺，為遍路難所之一。據說是由雙鶴守護著本尊地藏菩薩，所以佛寺也被親切地暱稱為「大鶴先生」。

【21 番札所-太龍寺】當年空海十九歲、在距寺院以西 600 米的 ( 舍心獄 ) 的岩石上、於百日間修「虛空藏求聞持法」百萬遍而獲得成就、空海二十四歲時、著「三教指歸」為空海青年時期思想行成帶來很大的影響。太龍寺留下空海年青時很多足跡、亦是研究弘法大師生平最好的地方，有「西高野山」之稱。

【22 番札所-平等寺】當年弘法大師在此發誓治癒所有人的疾病，於是挖掘了一口井，湧出如牛奶般白色的聖水，據說對各種疾病都有神奇的功效。

【23 番札所-藥王寺】入寺後馬上面對的是斜度超過 45 度「除厄坡」。這是藥王寺的特點。欲除厄運的信眾，會事先備妥 1 円或 5 円日幣，在每一階上放置賽錢，唸一唸藥師琉璃光如來的聖號，如此誠心念佛撒錢供養，可除去一切厄運。藥王寺不但是四國朝聖路的寺廟，也是四國當地民衆新年參拜的寺廟之一，而以能除災拔難馳名日本全國。

【24 番札所-最御崎寺】位於足摺岬，是一個眺望壯麗海景的絕佳地點。

【25 番札所-津照寺】從海難中救援國主的本尊慶長七年 ( 1602 年 )，土佐藩主山內一豊在室戶外海遭遇船難，不知哪兒來的一名僧人駕著小船，將山內一豊安全地送回岸上。藩主正要追住僧人致謝，僧人的身影卻消失在津照寺。此時只見寺內的本尊地藏菩薩像全身溼了，便明白了剛剛的僧人正是地藏菩薩出手相救。而津照寺也是漁師們的守護神，能保佑海上安全。

【別格 4-鯖大師本坊】本尊為弘法大師，內有不動洞窟是砂富美的修行道場。

DAY6 高知地區【26 番札所-金剛頂寺、27 番札所-神峯寺、28 番札所-大日寺、29 番札所-國分寺、30 番札所-善樂寺、31 番札所-竹林寺、32 番札所-禪師峰寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【26 番札所-金剛頂寺】被茂密的原始森林所環繞，又稱為西寺，為一座密教道場。境內的靈寶殿收藏了弘法大師的文物，為日本僅存。

【27 番札所-神峯寺】是一座位於海拔 450m 山上的雄偉古剎，曾因地勢險要而聞名。攀登 160 級陡峭垂直石階的盡頭是土佐檢查站，兩旁有精心打造的日式庭園。

【28 番札所-大日寺】其奧之院內有一棵樟樹神木，被稱為「爪雕藥師」，據說對於患有頸部以上疾病的人，有神奇的功效，吸引不少人前來參拜。

【29 番札所-國分寺】坐落在一片安靜的森林中，境內十分廣闊，該地區被指定為國家歷史遺址。

【30 番札所-善樂寺】境內的子安地藏堂，據說可以祈求生子和順利生產，吸引不少人前來參拜。

【31 番札所-竹林寺】由行基菩薩開基，當時聖武天皇夢到他去中國五台山參拜文殊菩薩，醒來之後，便命行基巡訪一座如五台山的地方，立寺供奉文殊菩薩。空海大師之後巡錫至此，將此地定為靈場。這座寺受到日後土佐各代藩主的供養，成為學僧、名僧聚集的學問寺院，也成為土佐文化中心。寺內寶物館收藏了許多國家重要文化財。庭院的景色非常漂亮，特別是青苔竹林寺不但是遍路的寺院，也是觀光旅遊勝地。

【32 番札所-禪師峰寺】是為了祈求在土佐灣航行的船隻安全而建造的寺院。境內奇岩怪石林立，從這裡可以俯瞰土佐灣，天氣晴朗時，甚至可遠眺桂濱海岸。

DAY7 高知地區【33 番札所-雪蹊寺、34 番札所-種間寺、35 番札所-清瀧寺、36 番札所-青龍寺、37 番札所-岩本寺、38 番札所-金剛福寺、別格 5-大善寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【33 番札所-雪蹊寺】供奉著鎌倉時代佛像雕刻家運慶、湛慶所創作的佛像，均被指定為國家重要文化財產。

【34 番札所-種間寺】據說源起和百濟佛教雕刻家祈求航行平安有關。本尊藥師如來被視為能保佑孕婦平安分娩的藥師，因此吸引不少信徒前來參拜。

【35 番札所-清瀧寺】擁有傳統的日式建築，四季都提供靜謐的自然美景。

【36 番札所-青龍寺】是紀念弘法大師到中國唐朝學佛的寺院青龍寺，以及其導師惠果和尚的名寺。本尊波切不動明王，據說可以保佑航海安全、社會祥和。

【37 番札所-岩本寺】子安櫻（大師曾在此櫻木下進行安產的祈禱）；三度栗；無口蛭（大師祈禱作法封住了吸血蛭的嘴）；櫻貝（海邊的貝殼變成櫻花瓣）；筆草（大師的筆埋在海邊，因此長出很像筆的草）；無尻貝（經大師的加持將尖銳的貝變圓，以防刺傷居民）；不閉戶的莊屋（因天狗的法力讓小偷再也不敢入的家）。

【38 番札所-金剛福寺】據說弘法大師從中國回日本之前，向東投擲的「五鈷杵（金剛杵）」朝足摺岬方向飛去，也是金剛福寺寺名的由來之一。境內擁有 12 萬平方公尺的大道場、美麗的日式庭園、高 20 公尺的多寶塔等，還有據說撫摸頭部就能帶來好運的「大師龜」石像。

【別格 5-大善寺】主尊弘法大師，在須崎灣海邊的兩塊大石聽聞海難的無常，發菩提心希望能減低海難的發生，特於此地建寺。

DAY8 愛媛地區【39 番札所-延光寺、40 番札所-觀自在寺、41 番札所-龍光寺、42 番札所-佛木寺、43 番札所-明石寺、44 番札所-大寶寺、45 番札所-岩屋寺、別格 6-龍光寺、別格 7-出石寺、別格 8-十夜ヶ橋寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【39 番札所-延光寺】這座古剎流傳著龍宮城的傳說，和境內那個揹著寺鐘的赤龜有關。另外，據說洗眼之井對眼疾有特效，許多遍路者都會取聖水來洗眼睛。

【40 番札所-觀自在寺】是八十八所中距離第一番靈山寺最遠的寺院，因此被稱為「四國聖地的後關」。平城天皇曾賜御匾「平城山」，是天皇家篤信的一座佛寺。

【41 番札所-龍光寺】龍光寺自創建以來即是神佛合一的寺廟，穿過參道上的紅色鳥居參拜稻荷神社，可祈求五穀豐收、生意興隆，吸引不少信眾前來參拜。

【42 番札所-佛木寺】空海大師來到此地時，有位老人讓他與之一同騎上牛背前行，來到一棵楠木前，看到樹上有一顆寶珠大放光芒。而那是過去空海大師在大唐選擇有緣之地時，向東方投擲的寶珠。佛木寺境內有家畜堂，可為牛馬供養，許多畜牧業者會到此參拜。也有許多人到此為其寵物祈福供養。

【43 番札所-明石寺】千手觀音化身成一位年輕又美麗的女孩在深夜裡搬舉大石，搬著搬著不知不覺天已經亮了。當她看到太陽升起時，大吃一驚就立刻消失不見了。那一座石頭後來被當作白王權現，受後人祭祀崇拜。當地人也會親切地稱呼它為「舉石」。

【44 番札所-大寶寺】圍繞寺廟的花卉，令此地常年充滿生機。

【45 番札所-岩屋寺】寺院建築是蓋在岩壁上，原來空海大師曾歌詠這裡是高山中可見谷裡的朝霧，而朝霧就如海面波浪。相傳有一稱作法華仙人的土佐女性，在岩窟中成就了法華三昧、據傳擁有在空中自

在飛行的神力。其後歸依弘法大師，獻上全山。大師在此刻了不動明王像、木造本尊安置於本堂、石造則安於奧院秘傳中岩窟祭祀。

【別格 6-龍光寺】四國開創發願的寺，主尊十一面觀世音菩薩。

【別格 7-出石寺】開創於西元 718 年，主尊千手觀世音菩薩及片目地藏尊，亦是賞楓名所。

【別格 8-十夜ヶ橋寺】大師行腳至此無處棲身暫宿橋旁，橋下有野宿的大師雕像。

DAY9 松山地區【46 番札所-淨琉璃寺、47 番札所-八坂寺、48 番札所-西林寺、49 番札所-淨土寺、50 番札所-繁多寺、51 番札所-石手寺、別格 9-文殊寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【46 番札所-淨琉璃寺】樹齡超過千年的圓柏下供奉著初大師，據說可以保佑長壽及五穀豐收。赤腳踩在佛足石上則可保佑雙腳健康。

【47 番札所-八坂寺】是一座超過 1,300 年歷史的修驗道古剎，據說也是四國遍路始祖衛門三郎開始四國朝聖之旅的寺廟。

【48 番札所-西林寺】弘法大師當年為了解救被大旱所苦的村民，用錫杖挖掘了水源，此泉水是日本名水百選之一。

【49 番札所-淨土寺】是遊行僧空也上人向村民傳法的寺廟。本堂裡供奉著空也上人的雕像，其口中吐出的六尊微型佛像，象徵南無阿彌陀佛六個字。

【50 番札所-繁多寺】繁多寺與許多高僧有著深厚的淵源，包括時宗派始祖一遍上人，是他年輕時閉關修行的寺廟。

【51 番札所-石手寺】名稱源自於遍路始祖衛門三郎再來的故事。寺院擁有四國最多的文化遺產，吸引不少觀光客前來參拜。

【別格 9-文殊寺】主尊地藏菩薩及文殊菩薩，遍路開祖衛門三郎的舊跡。

DAY10 松山地區【52 番札所-太山寺、53 番札所-圓明寺、54 番札所-延命寺、55 番札所-南光坊、56 番札所-泰山寺、57 番札所-榮福寺、58 番札所-仙遊寺、59 番札所-國分寺、別格 10-西山興隆寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【52 番札所-太山寺】據說是富豪真野率領工匠在一夜之間建造的，是四國遍路八十八所佛寺的第 52 座，本堂為愛媛縣最大的木造建築。此外，也是與歷代皇帝有著深厚淵源的宏偉寺廟。

【53 番札所-圓明寺】是擁有悠久歷史的靈場，收藏有多種文物。

【54 番札所-延命寺】全由檜木打造而成的山門，是從今治城拆下來的城門。此外，寺廟的梵鐘為今治市指定文化財產。

【55 番札所-南光坊】曾為今治市大三島町日本總鎮守大山祇神社的附屬神社，守護著航海安全。

【56 番札所-泰山寺】傳說弘法大師到訪此地時，和村民們建造堤防，杜絕了水患。因此成為一座守護村民免受水災之苦的寺廟。

【57 番札所-榮福寺】西元九世紀初，弘法大師接受嵯峨天皇的聖旨後所創建。是一座祈求瀨戶內海平安、人民健康長壽的寺廟，吸引不少信眾前來參拜。

【58 番札所-仙遊寺】傳說曾有一位僧侶在此隱居修行長達四十年。從這裡可以俯瞰今治市區，將瀨戶內海及島波海道，盡收眼底。

【59 番札所-國分寺】是古代伊予國（今愛媛縣）首都所在地，也是伊予文化的發源地。伊予國分寺曾歷經多次戰火的摧殘，在江戶時代才得以全面重建、復興。

【別格 10-西山興隆寺】開創於西元 642 年的古剎，是國定、縣定的歷史文化財，紅葉的參道，不動的瀑布、本堂、鐘樓、三重塔....四季皆宜的世界遺產。

DAY11 四國中部【60 番札所-橫峰寺、61 番札所-香園寺、62 番札所-寶壽寺、63 番札所-吉祥寺、64 番札所-前神寺、65 番札所-三角寺、別格 11-生木地藏、別格 12-延命寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【60 番札所-橫峰寺】寺院境內充滿著靜謐清幽的氛圍，自古以來是山嶽信仰的聖地，在奧之院星ヶ森可以遠眺石鎚山。

【61 番札所-香園寺】最特別的是兼作本堂和大師堂的大聖堂，為一座現代化的建築。寺院供奉的子安大師，以祈求安產和育兒的信仰而聞名，香火鼎盛。

【62 番札所-寶壽寺】最早為伊予國一宮神社的分寺。當年弘法大師為難產的國司夫人祈福，其順利產子後，便將本尊奉為安產觀音，獲得許多信徒的信仰。

【63 番札所-吉祥寺】唯一供奉毘沙門天為本尊的寺廟。除了毘沙門天可以祈求生意興隆外，如果你閉著眼睛將金剛杖穿過成就石的孔，就可實現願望。

【64 番札所-前神寺】弘法大師曾經兩此在石鎚山苦修虛空藏求聞持法，因此石鎚山也被封為聖山。

【65 番札所-三角寺】弘法大師拜訪、彫造了本尊的十一面觀音像安置。另外、大師亦彫了不動明王像、築了三角的護摩壇修法 21 日間、祈念國家的安泰和萬民的福祉而修法「降伏護摩秘法」。

【別格 11-生木地藏】弘法大師一夜之作，千年大楠木的雕刻。

【別格 12-延命寺】「千枚通」靈符的應驗，本尊延命地藏菩薩

DAY12 香川地區【66 番札所-雲邊寺、67 番札所-大興寺、68 番札所-神惠寺、69 番札所-觀音寺、70 番札所-本山寺、71 番札所-彌谷寺、別格 13-仙龍寺、別格 14-椿寺、別格 15-箸葺寺、別格 16-萩原寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【66 番札所-雲邊寺】在四國的寺廟靈地中位於海拔最高的 911 公尺，靠近四國山脈的山頂，被喻為「朝聖信徒顛三倒四」的險要聖地。

【67 番札所-大興寺】弘法大師造訪在此講解佛法，822 年奉嵯峨天皇的諭旨重建了本寺。主佛二佛分別是供奉著不動明王和毗沙門天，不動明王具有天台宗的風格。

【68 番札所-神惠寺】修行中的法相宗高僧日證上人看見在海上的小船上有一位彈著琴的老翁。突然他聽到了宇佐八幡大菩薩的天啟，直覺那位老翁就是大菩薩的化身，於是便把神舟與琴拖上岸，並帶至琴彈山祭祀，是為琴彈八幡宮。明治年間因神佛分離令，使得八幡宮分成了琴彈神社與神惠院。

【69 番札所-觀音寺】當弘法大師供奉著琴彈八幡宮的本地佛阿彌陀佛像時，同時也擔任了本寺的第 7 代住持。弘法大師仿效奈良的興福寺，在琴彈山的山坡上建造了由中金堂，東金堂和西金堂所組合而成的七座廟堂，且雕刻了主佛聖觀世音菩薩像，供奉於金堂內。

【70 番札所-本山寺】弘法大師奉平城天皇的諭旨創建了本寺，並定為第七十座的寺廟靈地。當時是叫做「長福寺」。相傳弘法大師僅用了一個晚上這麼短的期間就將正殿蓋好了。在約 2 萬平方公尺寬遼闊的院內，有列為國寶級的正殿，山門，五重塔，鎮守堂，大師堂，十王堂，赤堂（大日堂），追悼紀念堂，鐘樓，迎賓館等等並列林立著，不禁讓人回想到當年大寺廟繁榮昌盛至極的時光。

【71 番札所-彌谷寺】相傳是行基菩薩奉第 45 代聖武天皇的諭旨而建造了廟宇。光明皇后為療愈病痛供奉了大方廣佛華嚴經因而創建本寺。彌谷寺所在的彌谷山，自古以來就被尊奉為神山（佛山），且被

譽為日本三大聖地之一。

【別格 13-仙龍寺】本尊弘法大師，如仙風道骨般的寺廟屹立於山中，百尺清瀧、千年大杉圍繞，是著名的紅葉古剎～歷史文化財。

【別格 14-椿寺】主尊延命地藏菩薩，非核不動尊，西元 802 年開基大師行腳至此，逢地方流行熱病，大師以椿木為杖救人無數，因而得名。

【別格 15-箸葺寺】是金刀比羅宮的奧宮，位於海拔 600 公尺高的寺院～需搭乘纜車始能抵達，幅員寬廣，建築細緻雕刻精美～本坊、護摩殿、御本殿、鐘樓、藥師堂、天神社等都是國家重要文化財，尤其是維妙維肖的動物造型。是春天賞櫻、夏季紫陽花、秋天紅葉的賞楓名所，春秋兩季都在此有特殊的祭典，主堂莊嚴肅穆，是密宗格位非常高的寺廟。

【別格 16-萩原寺】主尊伽羅陀山火伏地藏菩薩，大同二年開基，擁有法華曼陀羅圖、急就章、觀經曼陀羅圖、五鈷杵、銅水瓶 .....等多件寶物。

**DAY13 香川地區【72 番札所-曼荼羅寺、73 番札所-出釋迦寺、74 番札所-甲山寺、75 番札所-善通寺、76 番札所-金倉寺、77 番札所-道隆寺、78 番札所-鄉照寺、別格 17-神野寺、別格 18-海岸寺】**

**早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店**

【72 番札所-曼荼羅寺】弘法大師在從中國唐朝歸國後的第二年造訪了本寺。據說他是為了祈求他母親玉依御前能修成正果菩提。他仿效中國唐朝的青龍寺花了三年的時間建造了寺院。主佛是供奉著大日如來佛，及從唐朝帶回來的金剛界和胎藏界的曼陀羅，並將寺名改為「曼陀羅寺」。

【73 番札所-出釋迦寺】弘法大師 7 歲時名為「真魚」。他爬上我拜師山並告諸菩薩「未來我想要出家入佛門，弘揚佛法拯救眾生。若能如願，望請釋迦牟尼佛現身。倘若違背此願我甘願放棄自己的生命，把自己獻給諸佛」而後在懸崖斷壁中投崖自盡。接著，一朵紫雲騰起，釋迦牟尼佛和身穿羽衣的仙女下凡，在雲中抱住了弘法大師。相傳性命獲救且如願以償的弘法大師，變成了一個成年人，在我拜師山的山頂上雕刻了釋迦牟尼佛，並建造了廟堂加以供奉。

【74 番札所-甲山寺】此寺是由從中國唐朝歸來的弘法大師在他父親所遺贈的四町四方的土地上，仿照其恩師惠果和尚所居住的長安·青龍寺所建造而成的寺廟。

【75 番札所-善通寺】弘法大師奉平城天皇的諭旨創建了本寺，並定為第七十座的寺廟靈地。當時是叫做「長福寺」。相傳弘法大師僅用了一個晚上這麼短的期間就將正殿蓋好了。在約 2 萬平方公尺寬遼闊的院內，有列為國寶級的正殿，山門，五重塔，鎮守堂，大師堂，十王堂，赤堂（大日堂），追悼紀念堂，鐘樓，迎賓館等等並列林立著，不禁讓人回想到當年大寺廟繁榮昌盛至極的時光。

【76 番札所-金倉寺】是弘法大師的侄子天台寺門宗的開山鼻祖「智證大師」的出生地。根據寺廟的典故，本寺是在弘法大師出生的寶龜 5 年，由智證大師的祖父，和氣道善所創建的。

【77 番札所-道隆寺】在創建當初，這一帶是一片廣闊的桑田，和絲綢的產地。根據寺廟的典故，712 年，本地的諸侯和氣道隆公砍了一棵大桑樹，並雕刻了一尊小藥師如來的佛像，且搭蓋了茅草堂因而創建了本寺。

【78 番札所-鄉照寺】四國遍路中唯一同時屬於真言宗與淨土宗的寺院，供奉阿彌陀如來，象徵慈悲與救度的交匯之地。

【別格 17-神野寺】主尊藥師如來，弘法大師修建滿濃池修築，有弘法大師的立像 3.3 公尺高矗立於湖畔，是賞櫻、賞楓的名所。

【別格 18-海岸寺】特殊的仁王門，本堂與奧院分散兩地，主尊正觀音、弘法大師誕生佛。

DAY14 香川地區【79 番札所-天皇寺、80 番札所-國分寺、81 番札所-白峰寺、82 番札所-根香寺、83 番札所-一宮寺、84 番札所-屋島寺、別格 19-香西寺、別格 20-大瀧寺】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【79 番札所-天皇寺】弘仁年間，空海造訪了此地，將腐朽不堪的金山摩尼珠院遷移到現在的所在地，將其重振並改名為金華山妙成就寺摩尼珠院。

【80 番札所-國分寺】以前，高松的領主很喜歡國分寺的鐘，就把它帶回家，從此家裡就有許多災難。沒多久，鐘發出「還給國分」的聲響，於是領主只好把鐘給還回去。當初領主把鐘從國分寺帶回高松家裡時，花了五十個壯丁、且耗時好多天才送到；但要把鐘送回去時，只花了八個人以一天的時間就搬回寺裡了。而鐘回到寺裡之後，其音色變得比以前更響亮，且能讓聽到的人心境更加平和，這樣的音色也一直保持到現在。

【81 番札所-白峰寺】弘法大師在白峰山的山頂上埋下瞭如意寶珠，並挖了一口井，以祈求拯救眾生疾苦。後來，智證大師在瑞光的指引底下登上了白峰山的山頂。據說，在接獲白髮老翁福德正神的啓示後，他用一棵出現在瀨戶內海光芒四射，芬芳四溢的神木刻了一尊千手觀世音菩薩的雕像，並供奉為主佛建造了廟堂。

【82 番札所-根香寺】弘法大師在這五座山上感應到金剛界曼荼羅的五智如來佛，將此地定為密宗的修行地，並在青峰上建造了「花藏院」。

【83 番札所-一宮寺】弘法大師於大同年間造訪了本寺，刻了一尊約 106 公分高的“聖觀音”之聖觀世音菩薩的雕像。此時正值重建廟堂，並改成了真言宗。

【84 番札所-屋島寺】弘法大師奉嵯峨天皇的諭旨，造訪了屋島寺。將寺廟從北峰遷到現在的南峰，雕刻了十一面千手觀世音菩薩的佛像並安置於其內供奉為主佛。從那時起，大師被尊奉為屋島寺的中興開山鼻祖。而屋島寺也成了山岳佛教的聖地而繁榮昌盛。

【別格 19-香西寺】主尊延命地藏菩薩，毘沙門天王。

【別格 20-大瀧寺】主尊西照大權現，別格的滿願寺，領取滿願證書。結願、滿願之後搭乘南海渡輪前往位於和歌山縣的高野山，參拜弘法大師。

DAY15 四國 → 和歌山【85 番札所-八栗寺、86 番札所-志度寺、87 番札所-長尾寺、88 番札所-大瀧寺、德島港 → 和歌山港】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【85 番札所-八栗寺】以其獨特的建築和壯觀的乘索道而聞名。

【86 番札所-志度寺】這裡是歷史悠久的古寺，也是一個熱門的攝影景點。

【87 番札所-長尾寺】從中國唐朝歸來的弘法大師再度造訪了此地。他逐石逐字地抄寫了「大日經」，建造了紀念碑，並皈依成真言宗。

【88 番札所-大窪寺】四國八十八座寺廟最後的功德圓滿聖地。815 年，從中國唐朝歸來的弘法大師，在現在後院的石窟裡苦修虛空藏求聞持法並興建了廟堂。大師刻了一尊真人大小的藥師如來佛的坐像並供奉為主佛。



DAY16 和歌山→京都【世界文化遺產：高野山奧之院、金剛峯寺、壇上伽藍】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店



【**奧之院**】是弘法大師入定的聖地。可以說是弘法大師信仰的中心。從一之橋到御廟的約 2km 的道路，沿路上有著超過 20 萬座的古代大名的墓碑、供養塔和慰靈碑，與兩旁聳立的杉樹林融為一體。是高野山著名的參拜地點之一，被人們稱作“日本的總菩提所”。

【**金剛峯寺**】通過走廊，穿越各個房間，內部裝飾著優雅的鶴、雕刻精緻的花朵以及垂楊拂梅。訪客也可以進入擺放巨大爐灶的大廚房，一瞥悉心保存的石造庭園——蟠龍庭。

【**壇上伽藍**】當初弘法大師開設高野山時，首先開始的地方就是「壇上伽藍」。伽藍的意思是「僧侶聚集靜修之地」，與弘法大師長眠的「奧之院」並稱為兩大聖地，是高野山的信仰中心。



## DAY17 京都地區【國寶級世界文化遺產：東寺、神護寺、錦市場商圈自由活動】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：素食美饌 住宿：精選商務飯店 OR 寺院宿坊 or 溫泉飯店

【**東寺**】天皇讚賞-空海，並給予了東寺。空海將東寺做為密教的道場，建立了堂與塔等。在那之後東寺成為真言宗的總本山。保持著當初創建時的模樣。也收藏著雕刻、繪畫、美術工藝品及書法等絕妙寶物。

【**錦市場商圈**】這個區域的商業模式，從嚴格的批發生意轉變為一般零售交易。這裡仍是一個運作中的市場，本地顧客和遊客每天都會造訪這個文化指標，尋覓最佳京都美食。

【**神護寺**】創建於 1,200 多年前，是真言宗的開山祖師-空海，擔任住持並擁有悠久歷史的寺院。寺院位於需攀登 350 段石階的地方，寺院內有很多值得一看的歷史性建築和文化遺產等。



## DAY18 京都 → 大阪 → 關西空港 → 台北【仁和寺、醍醐寺、大阪 Outlet 購物商城】

早餐：住宿早點 午餐：素食美饌 晚餐：機上餐食 住宿：溫暖的家

【**仁和寺**】真言宗御室派總本山，宇多天皇出家後在寺內設置僧坊，因此仁和寺也稱為「御室御所」。

【**醍醐寺**】在平安時代初期，由弘法大師空海的孫弟子的理源大師聖寶所創建，為真言宗醍醐派的總

本山，為該宗派地位最高的寺院。

**【大阪 Outlet 購物商城】**到日本絕對不能缺少的就是逛街行程，除了市區的商場百貨和特色店鋪外，日本 Outlet 也是掃貨的好去處，尤其是機場附近的 Outlet，更是回國最後一天補貨的大好機會！

結束後前往機場，搭機飛往溫暖的家～



## 【報名須知】

本次日本朝聖之旅將以「精緻小包團」的方式進行，每團六人成行，最多八人（乘坐合法舒適車輛），亦可選擇獨立包團，讓行程更加私密與個性化。

\*另外提供網卡代購服務，讓您隨時為當下的感動，留下紀錄。

\*單人報名或有單人房產生之情況時，則需增加單人房價 NT\$40,000 元。

\*訂金每席 NT\$50,000 元，確認後進行開票及訂房相關作業，一經確認，則無法更改及退款。

\* 因應票價的調整，本公司將隨時機動調整團費，未於期限內付訂，恕無法保留機位及價格，敬請見諒。

\*行李規範：本行程僅包含 7 公斤手提行李 1 件 及 20 公斤托運行李 1 件，若有額外需求，請於報名時告知我們為您安排。

\*餐食安排：將帶大家前往專業日本領隊精選「非團體」的素食餐廳（若非素食者請事先告知），並在餐廳為大家點菜，讓法友們可以好好享受日式餐點。

素食小提示：若您為全素食者，建議攜帶適量乾糧（如素食泡麵）以及小零食，以備不時之需，讓您即使在深夜或行車時也能隨時補充能量。

\*自費體驗：行程中的點燈、供香，均為自費項目，若您有興趣參加，導遊將協助您安排，讓您深入感受日本佛教的修行體驗。

## Q&A:

1.非佛教徒也能朝聖嗎？

無宗教的束縛，這是一趟身心合一的旅程，亦是現代人嚮往的療癒之旅，無論是誠心參拜也好，或是在遊歷寺院之間沉浸廣闊的山海及欣賞建築藝術風格也行，我們都可以不同視角與心情，來追隨空海大師當年的修行足跡

## 2.裝備要如何準備?

行走在 1200 公里的遍路上，準備一雙耐走舒適的鞋子，容易穿脫的衣物(多的可放車上，隨時可以作狀態的調整)，雨衣-有備無患；另外，為了讓朝聖者有完全的體驗，菩提邦將遍路者的專業配備(白衣、斗笠、輪袈裟、金剛杖、持鈴)，都為您準備好了。

## 3.如果體力不夠，適合參加四國遍路行程嗎?

我們以 6 人成團，8 人滿團的小包團形式，使用機動性高的旅遊商務車，停靠點可以選擇最接近入口的位置上下車，省事又省力。

### 團費包含：

- 交通：經濟艙來回機票、機場稅、附加燃料費
- 餐膳：行程表中所列之餐食費用
- 住宿：行程表中所列之飯店費用
- 遊覽：全程當地旅遊交通車輛費用、景區門票、旅遊票券費用
- 保險：旅遊責任險 500 萬+20 萬醫療險

### 團費不包含：

- 桃園機場來回接送、申辦護照 1500 元
- 司機、導遊每日服務費：新台幣\$300/每人/每天
- 其他自行購物費用等

\*支付訂金後，即視為旅遊定型化契約成立。

\*幾乎所有航空公司之機票(含燃油附加稅)一經開票後，均無退票價值，

此點基於航空公司之規定，敬請見諒。