

白沙屯媽祖徒步進香

苗栗通霄的「白沙屯拱天宮媽祖」是臺灣最具特色的信仰中心之一。每年舉行的「徒步往北港進香」活動吸引數十萬信徒參與，其獨特之處在於**全程沒有固定路線**，完全依循媽祖鑾轎的指引前進。

白沙屯媽祖與北港朝天宮的百年情誼

白沙屯媽祖進香的目的地是雲林的「北港朝天宮」。據傳自清代以來，白沙屯媽祖便會前往北港「刈火」（取聖火），象徵兩地神明的靈力交流與深厚淵源。

「衝、停、轉」——神轎前行的神秘節奏

白沙屯進香最與眾不同的特色，是「沒有既定路線」。鑾轎前進完全依賴抬轎人員感應媽祖旨意，可能出現以下情況：

- **突然轉彎**：進入田間小徑或穿越鬧區巷弄。
- **長時間停駐**：停在民宅或路口賜福信眾。
- **快速前進**：單日疾行數十公里，挑戰體力極限。

這種「隨神意而行」的進香方式，被信徒視為媽祖慈悲的展現，也相信每一個停留點都充滿神意。

進香日程如何決定？

白沙屯進香的日期每年皆不固定，由拱天宮在出發前透過擲筊請示媽祖決定，包含「出發、抵達北港、回鑾」等重要日程。通常擲筊儀式於農曆 12 月 15 日（2025 年約為國曆 1 月初）舉行。

「香燈腳」——以腳步寫下虔誠的進香者

參與徒步進香的信徒被稱為「香燈腳」，多數的香燈腳跟隨媽祖鑾轎從苗栗走到雲林，來回全程約 400 公里（實際距離依路線而異）。沿途需克服長時間步行、日夜溫差與鑾轎突如其來的急行軍（如 2023 年曾一日疾行 40 公里），這是一段身心靈的挑戰與修行。

近年來隨著網路傳播與年輕人熱情加入，白沙屯進香參與人數不斷創新高，2024 年已達 18 萬人，2025 年更突破 30 萬人，成為臺灣規模最大、最受矚目的徒步宗教活動。

pīn yīn bǎn
<<拼音版>>

báishātún mā zǔ tú bù jìmiāng
白沙屯媽祖徒步進香

miáoli tōng xiāode báishātún gōng tiān gōng mā zǔ shítáiwānzui jù tè sè de xìn yǎngzhōng xīn
苗栗通霄的「白沙屯拱天宮媽祖」是臺灣最具特色的信仰中心
zhī yī měi nián jǔ xíng de tú bù wǎng běi gǎng jìn xiāng huó dòng xī yǐn shù shí wàn xìn tú cān yǔ
之一。每年舉行的「徒步往北港進香」活動吸引數十萬信徒參與，
qí dú tè zhī chù zài yú quán chéng méi yǒu gù dìng lù xiàn wán quán yī xún mā zǔ luán jiàode zhǐ yǐn qián
其獨特之處在於全程沒有固定路線，完全依循媽祖鑾轎的指引前
jìn
進。

báishātún mā zǔ yǔ běi gǎng cháo tiān gōng de bǎi nián qíng yì
白沙屯媽祖與北港朝天宮的百年情誼

báishātún mā zǔ jìn xiāng de mù de dì shì yúnlín de běi gǎng cháo tiān gōng jù chuán zì qīng dài
白沙屯媽祖進香的目的地是雲林的「北港朝天宮」。據傳自清代
yǐ lái báishātún mā zǔ biàn huì qián wǎng běi gǎng yì huǒ qǔ shèng huǒ xiàng zhēng liǎng
以來，白沙屯媽祖便會前往北港「刈火」（取聖火），象徵兩
dì shén míng de líng lì jiāo liú yǔ shēn hòu yuān yuán
地神明的靈力交流與深厚淵源。

chōng tíng zhuǎn shén jiào qián xíng de shén mì jié zòu
「衝、停、轉」——神轎前行的神秘節奏

báishātún jìn xiāng guì yǔ zhòng bù tóng de tè sè shì méi yǒu jì dìng lù xiàn luán jiào qián jìn wán quán
白沙屯進香最與眾不同的特色是「沒有既定路線」。鑾轎前進完全
yī lài tái jià rén yuán gǎn yīng mā zǔ zhǐ yì kě néng chū xiàn yǐ xià qíng kuàng
依賴抬轎人員感應媽祖旨意，可能出現以下情況：

- tú rán zhuǎn wān jìn rù tián jiān xiǎo jìng huò chuān yuè nào qū xiàng nòng
• 突然轉彎：進入田間小徑或穿越鬧區巷弄。
- cháng shí jiān tíng zhù tíng zài mǐn zhái huò lù kǒu sī fú xìn zhòng
• 長時間停駐：停在民宅或路口賜福信眾。
- kuài sù qián jìn dān rì jí xíng shù shí gōng lǐ tiǎo zhàn tǐ lì jí xiàn
• 快速前進：單日疾行數十公里，挑戰體力極限。

zhè zhǒng suí shén yì ér xíng de jìn xiāng fāng shì bèi xìn tú shì wéi mā zǔ cí bēi de zhǎn xiàn yě
這種「隨神意而行」的進香方式，被信徒視為媽祖慈悲的展現，也
xiāng xìn měi yī tíng liú diǎn dōu chōng mǎn shén yì
相信每一個停留點都充滿神意。

jìn xiāng rì chéng rú hé jué dìng
進香日程如何決定？

báishātún jìn xiāng de rì qī měi nián jiē gù dìng yóu gōng tiān gōng zài chū fā qián tòu guò
白沙屯進香的日期每年皆不固定，由拱天宮在出發前透過
zhí jiǎo qǐng shì mā zǔ jué dìng bāo hán chū fā dī dá běi gǎng huí luán děng zhòng yào rì
擲筊请示媽祖決定，包含「出發、抵達北港、回鑾」等重要日

chéng tōngcháng zhí jiǎo yí shì yú nóng lì yuè rì nián yuē wéi guó lì
程。通常擲筊儀式於農曆12月15日（2025年約為國曆1
yuèchū jǔxíng
月初）舉行。

xiāng dēng jiǎo yǐ jiǎo bù xiě xià qián chéng de jìn xiāng zhě
「香燈腳」——以腳步寫下虔誠的進香者

cān yǔ tú bù jìn xiāng de xìn tú bèi chēng wéi xiāngdēng jiǎo duōshù dēngdēng jiǎo gēnsuí mǎ zǔ
參與徒步進香的信徒被稱為「香燈腳」，多數的香燈腳跟隨媽祖
luán jiàotóng miáoli zǒudàoyúnlín lái huí quánchéng yuē 400 gōnglǐ shí jì jù lí yī lùxiànr
鑾轎從苗栗走到雲林，來回全程約400公里（實際距離依路線而
yì yán tú xū kè fú cháng shí jiān bù xíng rì yè wēnchā yǔ luán jiào tú rú qí lái de jíxíng
異）。沿途需克服長時間步行、日夜溫差與鑾轎突如其來的急行
jūn rú niángēng yī rì jíxíng gōnglǐ zhèshì duàn shēn xīn líng de tiǎo zhàn yǔ
軍（如2023年曾一日疾行40公里）。這是一段身心靈的挑戰與
xiū xíng
修行。

jìn nián lái suí zhe wǎng lù chuán bò yǔ nián qīng rén rèqíng jiā rù bái shā tún jìn xiāng cān yǔ
近年來隨著網路傳播與年輕人熱情加入，白沙屯進香參與
de rénshù bù duàn chuàng xīn gāo niányǐ dá wàn rén nián gèng tú pò wàn
的人數不斷創新高，2024年已達18萬人，2025年更突破30萬
rén chéng wéi tái wān guī mó zuì dà zuì shòu zhǔ mù de tú bù zōng jiào huó dòng
人，成為臺灣規模最大、最受矚目的徒步宗教活動。

<<注音版>>

白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}徒_{ㄊㄨˊ}步_{ㄅㄨˋ}進_{ㄓㄩˋ}香_{ㄒㄩㄥˊ}

苗_{ㄇㄧㄠˊ}栗_{ㄌㄧˋ}通_{ㄊㄨㄥˊ}霄_{ㄒㄩㄠˊ}的_{ㄉㄜˊ}「白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}拱_{ㄍㄨㄥˇ}天_{ㄊㄩㄢˊ}宮_{ㄍㄨㄥˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}」是_{ㄇㄞˊ}臺_{ㄊㄞˊ}灣_{ㄨㄢˊ}最_{ㄇㄞˊ}具_{ㄇㄞˊ}特_{ㄊㄜˊ}色_{ㄕㄞˊ}的_{ㄉㄜˊ}信_{ㄒㄩㄥˊ}仰_{ㄩㄥˇ}中_{ㄓㄨㄥˊ}心_{ㄒㄩㄥˊ}之_{ㄉㄜˊ}一_ㄩ。每_{ㄇㄞˊ}年_{ㄋㄢˊ}舉_{ㄇㄞˊ}行_{ㄒㄩㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}「徒_{ㄊㄨˊ}步_{ㄅㄨˋ}往_{ㄨㄤˊ}北_{ㄅㄟˊ}港_{ㄍㄨㄥˊ}進_{ㄓㄩˋ}香_{ㄒㄩㄥˊ}」活_{ㄏㄜˊ}動_{ㄉㄨㄥˊ}吸_{ㄒㄩㄥˊ}引_{ㄩㄥˇ}數_{ㄕㄨˋ}十_{ㄕㄨˋ}萬_{ㄨㄢˊ}信_{ㄒㄩㄥˊ}徒_{ㄊㄨˊ}參_{ㄘㄢˊ}與_ㄩ，其_{ㄇㄞˊ}獨_{ㄉㄜˊ}特_{ㄊㄜˊ}之_{ㄉㄜˊ}處_{ㄕㄞˊ}在_{ㄉㄜˊ}於_{ㄉㄜˊ}全_{ㄓㄨㄥˊ}程_{ㄕㄨㄥˊ}沒_{ㄇㄞˊ}有_{ㄇㄞˊ}固_{ㄍㄨˋ}定_{ㄉㄩㄥˊ}路_{ㄌㄨˋ}線_{ㄒㄩㄥˊ}，完_{ㄇㄞˊ}全_{ㄓㄨㄥˊ}依_{ㄇㄞˊ}循_{ㄕㄨㄥˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}鑾_{ㄌㄢˊ}轎_{ㄍㄞˊ}的_{ㄉㄜˊ}指_{ㄓㄩˋ}引_{ㄩㄥˇ}前_{ㄕㄨㄥˊ}進_{ㄓㄩˋ}。

白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}與_{ㄉㄜˊ}北_{ㄅㄟˊ}港_{ㄍㄨㄥˊ}朝_{ㄔㄞˊ}天_{ㄊㄩㄢˊ}宮_{ㄍㄨㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}百_{ㄅㄞˊ}年_{ㄋㄢˊ}情_{ㄕㄨㄥˊ}誼_{ㄩˋ}

白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}進_{ㄓㄩˋ}香_{ㄒㄩㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}目_{ㄇㄞˊ}的_{ㄉㄜˊ}（ㄉㄜˊ）地_{ㄉㄜˊ}是_{ㄉㄜˊ}雲_{ㄩㄣˊ}林_{ㄌㄩㄣˊ}的_{ㄉㄜˊ}「北_{ㄅㄟˊ}港_{ㄍㄨㄥˊ}朝_{ㄔㄞˊ}天_{ㄊㄩㄢˊ}宮_{ㄍㄨㄥˊ}」。據_{ㄉㄜˊ}傳_{ㄊㄨㄢˊ}自_{ㄉㄜˊ}清_{ㄕㄨㄥˊ}代_{ㄉㄜˊ}以_{ㄉㄜˊ}來_{ㄉㄜˊ}，白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}便_{ㄉㄜˊ}會_{ㄉㄜˊ}前_{ㄕㄨㄥˊ}往_{ㄨㄤˊ}北_{ㄅㄟˊ}港_{ㄍㄨㄥˊ}「刈_{ㄕㄨㄣˊ}火_{ㄏㄨㄛˊ}（ㄍㄨㄣˊㄩㄣˊㄘㄩㄣˊㄆㄨㄣˊㄘㄩㄣˊ（台_{ㄊㄞˊ}語_{ㄩˋ}）」，象_{ㄒㄩㄥˊ}徵_{ㄓㄨㄥˊ}兩_{ㄌㄨㄤˊ}地_{ㄉㄜˊ}神_{ㄕㄨㄥˊ}明_{ㄇㄩㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}靈_{ㄌㄩㄥˊ}力_{ㄌㄩˋ}交_{ㄐㄞˊ}流_{ㄌㄩㄣˊ}與_{ㄉㄜˊ}深_{ㄕㄨㄥˊ}厚_{ㄏㄨˋ}淵_{ㄩㄢˊ}源_{ㄩㄣˊ}。

「衝_{ㄔㄨㄥˊ}、停_{ㄊㄩㄥˊ}、轉_{ㄓㄨㄢˊ}」——神_{ㄕㄨㄥˊ}轎_{ㄍㄞˊ}前_{ㄕㄨㄥˊ}行_{ㄒㄩㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}神_{ㄕㄨㄥˊ}秘_{ㄇㄞˊ}節_{ㄕㄨㄥˊ}奏_{ㄗㄨˋ}

白_{ㄅㄞˊ}沙_{ㄕㄞˊ}屯_{ㄊㄨㄣˊ}進_{ㄓㄩˋ}香_{ㄒㄩㄥˊ}最_{ㄇㄞˊ}與_{ㄉㄜˊ}眾_{ㄗㄨㄥˊ}不_{ㄇㄞˊ}同_{ㄊㄨㄥˊ}的_{ㄉㄜˊ}特_{ㄊㄜˊ}色_{ㄕㄞˊ}，是_{ㄉㄜˊ}「沒_{ㄇㄞˊ}有_{ㄇㄞˊ}既_{ㄍㄨˋ}定_{ㄉㄩㄥˊ}路_{ㄌㄨˋ}線_{ㄒㄩㄥˊ}」。鑾_{ㄌㄢˊ}轎_{ㄍㄞˊ}前_{ㄕㄨㄥˊ}進_{ㄓㄩˋ}完_{ㄇㄞˊ}全_{ㄓㄨㄥˊ}依_{ㄇㄞˊ}賴_{ㄌㄞˊ}抬_{ㄊㄞˊ}轎_{ㄍㄞˊ}人_{ㄖㄣˊ}員_{ㄩㄣˊ}感_{ㄍㄞˊ}應_{ㄩㄥˊ}媽_{ㄇㄚˊ}祖_{ㄗㄨˇ}旨_{ㄓㄩˋ}意_{ㄩˋ}，可_{ㄎㄜˊ}能_{ㄉㄜˊ}出_{ㄕㄨˋ}現_{ㄩㄣˊ}以_{ㄉㄜˊ}下_{ㄕㄨˋ}情_{ㄕㄨㄥˊ}況_{ㄕㄨㄥˊ}：

- 突然轉彎：進入田間小徑或穿越鬧區巷弄。
- 長時間停駐：停在民宅或路口賜福信眾。
- 快速前進：單日疾行數十公里，挑戰體力極限。

這種「隨神意而行」的進香方式，被信徒視為媽祖慈悲的展現，也相信每個停留點都充滿神意。

進香日程如何決定？

白沙屯進香的日期每年皆不固定，由拱天宮在出發前透過擲筊請示媽祖決定，包含「出發、抵達北港、回鑾」等重要日程。通常擲筊儀式於農曆12月15日（2025年約為國曆1月初）舉行。

「香燈腳」——以腳步寫下虔誠的進香者

參與徒步進香的信徒被稱為「香燈腳」，多數數的香燈腳跟隨媽祖鑾轎從苗栗走到雲林，來回全程約400公里（實際距離依路線而異）。沿途需克服長時間步行、日夜溫差與鑾轎突如其來的急行軍（例如2023年曾一日疾行40公里），這是身心靈的挑戰與修行。

近年來隨著網路傳播與年輕人熱情加入，白沙屯進香參與人數不斷創新高，2024年已達18萬人，2025年更突破30萬人，成為臺灣規模最大、最受矚目的徒步宗教活動。

<<日本語>>

白沙屯媽祖進香 (Báishātún Mǎzǔ Jìnxiāng)

台湾最大級の徒歩宗教イベント——白沙屯媽祖進香 (Báishātún Mǎzǔ Jìnxiāng)

台湾・苗栗県通霄鎮 (Miáoli xiàn Tōngxiāo zhèn) にある白沙屯拱天宮 (Báishātún Gǒngtiāngōng) は、台湾でも特にユニークな媽祖 (Mǎzǔ) 信仰の中心地です。

この廟では毎年、徒歩で雲林県の北港朝天宮 (Běigǎng Cháotiāngōng) へ向かう「進香 (Jìnxiāng) 」が行われ、数十万人の信者が参加します。

最大の特徴は、巡礼ルートが毎年変わり、固定されていないことです。ルートは、媽祖 (Mazǔ) が乗る神轎 (Shénjiào) が示す方向に従って決まります。

北港朝天宮 (Běigǎng Cháotiāngōng) との深いつながり

白沙屯媽祖 (Báishātún Mazǔ) が毎年向かう目的地は、雲林県にある北港朝天宮 (Běigǎng Cháotiāngōng) です。

この巡礼は清の時代から続いており、媽祖 (Mazǔ) が北港で「刈火 (gua ` huei ˇ (台湾語) / 聖なる火を受ける儀式) 」を行うことで、靈力を共有するという意味があります。

予測不可能な進行ルート——神轎 (Shénjiào) の動きにすべて従う

この進香 (Jìnxiāng) の最大の特徴は、事前に決められたルートが一切ないことです。担ぎ手が媽祖 (Mazǔ) の意志を感じ取り、その導きに従って進みます。たとえば：

- 急に方向転換：田んぼのあぜ道や町の裏道に入ることもあります。
- 長くその場にとどまる：民家や交差点などで信者に福を与えるために神轎 (Shénjiào) が止まります。
- 突如スピードアップ：1日で40km以上進む「急行軍」になることもあります。

このように、「神様の意志に任せる」という巡礼は、媽祖 (Mazǔ) の慈悲と信者への思いやりの表れとされています。信者たちは、立ち止まる場所一つひとつに意味があると信じています。

日程も媽祖 (Mazǔ) が決める！出発日から帰還日まで

進香 (Jìnxiāng) の日程は、毎年異なります。

白沙屯拱天宮 (Báishātún Gǒngtiāngōng) の関係者が媽祖 (Mazǔ) にお伺いを立て、伝統的な方法「擲杯 (zhì ´ bēi) 」で、出発日・到着日・帰還日などを決定します。

例年、旧暦12月15日 (たとえば2025年は1月中旬頃) に公式日程が発表されます。

香燈腳 (Xiangdēngjiǎo) (巡礼者)

進香 (Jìnxiāng) に参加する信者は「香燈腳 (Xiangdēngjiǎo) 」と呼ばれます。多くの巡礼者 (香燈腳 (xiāng dēng jiǎo)) は媽祖 (Mǔ) の神轎 (Shénjiào) に付き添い、苗栗 (Miáolì) から雲林 (Yúnlín) まで歩いて往復します。

全行程はおよそ 400km におよび (ルートによって異なる)、昼夜の寒暖差や長距離の移動に耐える必要があります。2023 年には、1 日で約 40km も歩いた記録もあります。これは肉体的な試練であると同時に、精神的な修行でもあります。

参加者は急増中！台湾最大規模の宗教イベントへ

SNS の普及や若い世代の参加により、白沙屯媽祖進香 (Báishātún Mǔ Jìnxiāng) への参加者は急増しています。2024 年には 18 万人、2025 年にはなんと 30 万人を超えました。

今や、台湾最大級・最も注目される徒歩宗教行事となっています。