



世界微笑日

# 看麦积山“东方微笑”

生活或许不易，但请相信，美好会如期而至。5月8日是世界微笑日，一起来认识快乐的小沙弥，看麦积山的“东方微笑”。



第121窟正壁龛右侧《菩萨与弟子》彩塑。



满脸笑意的菩萨。



第44窟正壁主佛。



## 千年的微笑

麦积山石窟，位于甘肃天水东南30公里的麦积镇上，驱车进入秦岭西端的小陇山，在山道上行驶十多公里后远远望去，一座土黄的孤峰矗立在茫茫绿色林海之中，仿若天地间一处灵峰柱，那就是麦积山。

在古代工匠的雕琢

下，麦积山变成了三面玲珑、布满巧思的艺术品，或许是因为地理位置的偏僻，在“中国四大石窟”中，麦积山知名度最小，但它的实力其实被严重“低估”。

作为中国最早的皇家石窟，麦积山石窟历经后秦、北魏、西魏等十一个王朝、1600多年的营建。现存221个窟龛

壁画约1000平方米、造像3938件、10632身，完整保存有不同历史时期遗迹的石窟寺有“东方雕塑陈列馆”之称，堪称一道藏身山间的视觉奇观。

而麦积山石窟里，有许多穿越千年的微笑。让人流连忘返。

## 快乐小沙弥

第133窟第9龛的北魏小沙弥，是麦积山石窟必打卡的点位之一。

这个小沙弥身高不足一米，面部似一个不满十岁的孩童，俯身去看他的脸，就会发现那可爱脸庞上甜甜的笑容，天真烂漫，让观者不禁也会心一笑。

小沙弥穿着不太合身的袈裟，就这样笑眯眯地站着听法，仿佛刹那间获得了“妙悟”，进入了一个自在、纯真的美丽世界，又好像思想开了小差，掩饰不住的喜悦浮上脸颊，细长的眉毛笑成一对弯月。

如此生动鲜活、仿佛生活在我们身边的

一个可爱孩童，1500年来一直站在那里，用微笑和每一个时代的众生对话，稚嫩的微笑似乎能唤起每个人心中那片最柔软、最质朴的净土。

这个笑容也让原本不起眼的小沙弥，成了麦积山石窟的三大代表作之一。

## 千百张笑脸

麦积山石窟的三大代表作，除了小沙弥，还有第121窟正壁龛右侧《菩萨与弟子》彩塑。

庄严的佛堂上，一尊满脸笑意的菩萨，转过头和身边的小弟子交头接耳。他们双肩轻靠，头碰在一起，嘴角有藏不住的笑意。

弟子似开似合的双手，好像在轻轻鼓掌，像极了学生时代和同桌上课偷偷聊天的样子。

麦积山石窟第44窟，正壁的主佛有“东方的微笑”之称，菩萨低眉，不声不响，笑对众生。

曾经发髻、胸前、衣裙的彩绘，如今褪色成淡淡的青绿，衣褶从佛座垂下，层层叠叠如涟漪般晕开，高贵、飘逸、圣洁，这抹微笑给人一种历尽千帆后的恬静平和，像是母亲温柔的凝望，又像是智者隔空的眺望，感动、鼓舞着千年间的每一个过客。

有研究认为，它依照了西魏文帝皇后乙弗氏的形象，是武都王为纪念母亲而塑造，因此气质格外慈祥，极具女性化特征。当目光与之相对，一种亲切温暖之感就会扑面而来。

麦积山石窟第44窟，正壁的主佛，它拥有着让人瞬间平静下来的气场，面向苍茫的群山，

其实，来自麦积山的微笑还有许多，这里的千百张笑脸，专治不开心，总有一款治愈你。

据央视新闻