

プラン名： 奥山方広寺で禅寺宿坊体験

遂行人数 最少 10 人 ~ 最大 100 人

小学生 / 中学生 / 高校生 / 企業・一般団体 / 海外インバウンド

【問合せ先】浜松・浜名湖ツーリズムビューロー

【事業者名】臨済宗方広寺派 大本山 方広寺

URL: <https://www.houkouji.or.jp/>

事業概要：臨済宗方広寺派大本山

開催場所(集合場所)	大本山 方広寺 所在地： 浜松市浜名区引佐町奥山
バス駐車場	
体験概要	浜松市浜名区の奥山という山間部に位置する奥山方広寺は、日本の四季(桜、新緑、紅葉、雪化粧)を五感で感じられる自然豊かな山寺で、広い境内には大本堂、三重塔など多数の建物を擁し、22の建物は国の登録有形文化財に登録されています。禅の精神を学ぶプログラムと宿坊や会議施設を有し、企業 MICE、学校行事、クラブ活動を対象とした研修として最大 100 名までご利用いただけます。
学習内容	坐禅では正しい姿勢での坐り方や精神集中を学び、写経や写仏では文字や仏像を写すことで心の安定を得ることができます。自然の素材を活かした精進料理が提供され、肉や魚を使わず、豆腐や山芋、レンコンを使った「精進うな重」などが人気で、これらの体験を通じて禅の教義や精神性を実践に深く学びます。一泊二日の宿坊体験で寝食を共にし、規律や秩序に依って行動する集団生活により、集団の中の自分の役割・責任を自覚し相手の立場を尊重する思いやりの心を養います。
実施期間	通年 / 定休日:特になし
営業時間	9:00 ~ 16:30
所要時間	行程例 15:00 チェックイン→拝観・自由活動→18:00 夕食→19:00 写経→20:00 入浴→22:00 就寝 6:30 朝の座禅→7:30 朝食→10:00 チェックアウト ※清掃は基本的になし 団体の希望があれば実施
持ち物等	バスタオル・フェイスタオル・歯ブラシ・ドライヤーはあります 活動する際は動きやすい服装で 寝間着等もご持参ください
申込期限	3 か月前まで
追加プログラム	