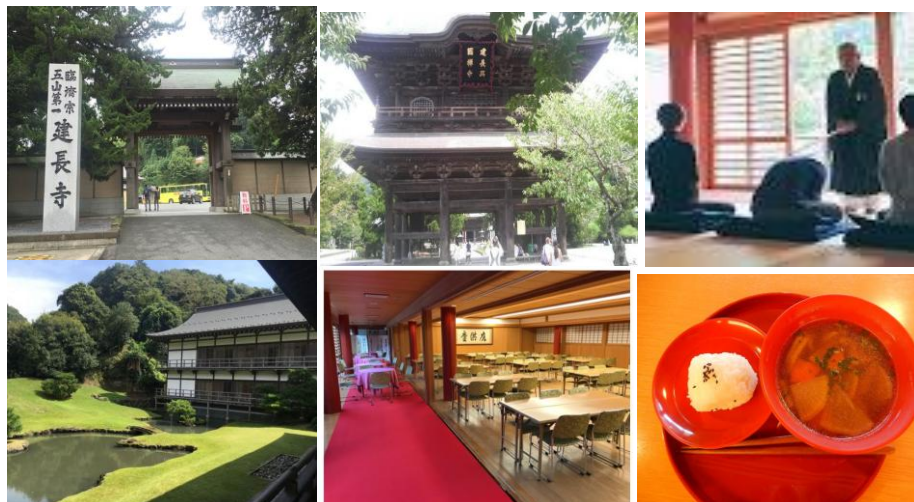


④鎌倉五山第一位 建長寺にて「Zen & Kenchin Program」～Eat 禅 Experience～ 禅寺発祥の けんちん汁を通じた禅体験と特別参拝プログラム

神奈川県／鎌倉エリア

鎌倉五山第一である、古刹「建長寺」の禅文化、及び建長寺発祥のけんちん汁を活用し、食を通じて禅を「体験する」のではなく「禅の精神を味わい学ぶ」マインドフルとガストロノミープログラムです



コンテンツ概要

建長寺は、1253年に創建された日本初の禅専門道場であり、鎌倉五山第一位に位置付けられる臨済宗建長寺派の大本山です。現在も修行の場として禅の精神が受け継がれ、単なる歴史的建造物ではなく、禅文化が現代に生き続ける場です。

このプランは、建長寺の僧侶による境内案内と座禅体験と併せて「禅を学び、禅を味わう」というストーリーのもと、禅文化を「けんちん汁」を食するとともに、禅の精神を味わい学ぶ、体験できる貴重なプランです。

日本初の禅専門道場である建長寺において、禅体験、建長寺発祥のけんちん汁、特別参拝を一体的に体験できる点は大変、貴重なプログラムです。

※「けんちん汁」とは、建長寺で生まれたと伝わる精進料理であり、野菜を中心とした食文化として現在まで全国に広く伝承されています。近年、海外ではSustainable Food、Mindful Eatingへの関心が高まっているが、その源流ともいえる精進料理文化を、発祥の地とされる建長寺で体験できる点は他地域にはない【神奈川県】ならではのものです。

訪日外国人旅行者分向けのセールスポイント

鎌倉五山第一位の、禅の発祥の寺といわれる建長寺で体験できる、歴史的建造物鑑賞、マインドフル&ガストロノミープログラムです。
 一般的鎌倉の観光地巡りや食事ではなく「鎌倉でしか体験できない本物の文化」であり、「地域固有の食のストーリー」「精神的な充足感を得られる体験」が出来ます。
 更に、北鎌倉や建長寺の凜として空間や、静寂、精神性が体感できる、鎌倉の混雑集中エリアで本来の鎌倉らしさを楽しめる観光ができます。

基本情報

- 問い合わせ先：かながわDMO
- 営業時間：9:00-17:00
- ホームページ：<https://www.kanagawa-kankou.or.jp/>
- 電話番号：045-681-0007
- メールアドレス：product@kanagawa-kankou.or.jp

対応可能な旅行形態

国際会議・企業インセンティブ

ターゲットとする顧客層

文化体験志向・本物志向型・海外VIP

販売価格

お問合せください。

価格に含まれるもの

特別参拝プログラム一式

- ・僧侶の方による境内ご案内
※英語以外は通訳が必要です
- ・座禅・けんちん汁セットと説法
- ・会場利用・企画準備費用一式、参拝記念品
- ・アテンドスタッフ費用

※三門登楼参拝は別途参拝料が発生します。
 山門登楼とは、2階部分（楼上）に上り、そこに奉られる仏像を特別拝観をすること
 一般の方には非公開な更に特別な参拝です。

集合場所（代表住所）

建長寺駐車場内：住所 鎌倉市浄明寺2-7-4

アクセス

JR北鎌倉駅より徒歩15分、
 または江ノ電鎌倉行きバス乗車5分
 【建長寺前】下車

予約可能期間

半年前から20日前まで

実施期間・実施回数

盆・彼岸・年末年始、その他祭事日程を除く通年
 （必ず事前に相談ください）

所要時間・開始時間

基本90分 ※三門参拝をつける場合120分

催行人数

20名～40名（40名以上の場合は要相談）

貸切対応

境内貸切は不可
 けんちん汁を食す会場のみ貸切りで実施

言語対応

☒英 ☐中 ☐韓 ☐その他：

ガイド

有り

【建長寺 特別参拝プログラム概要】

建長寺は鎌倉五山の第一位臨済宗・建長寺派の大本山。境内は国指定の史跡。

鎌倉五山第一位の、禅の発祥の寺といわれる建長寺で体験できる、歴史的建造物鑑賞、マインドフル＆ガストロノミープログラムです。一般的な鎌倉の観光地巡りや食事ではなく「鎌倉でしか体験できない本物の文化」であり、「地域固有の食のストーリー」「精神的な充足感を得られる体験」が出来るプログラムです。



方丈（龍王殿）にて



特別座禅体験

座禅は静かに坐って深く思慮することといわれていて、お釈迦様が到達された悟りの境地に達するための修行のことをいいます。少しやさしく言うとそれぞれの人が本来持っている清らかな心、本当の自分を見つけ出すことです。



総門にてご挨拶
僧侶ご案内による参拝開始

1 三門（国重要文化財）



東日本最大の規模を誇り、**建長寺**の近世伽藍再興の集大成といえる重要な建築である。吹き放しの下層は開放感と力強い造形をみせる

2 梵鐘（国宝）



建長寺の梵鐘は北条時頼が寄進したもので**国宝**に指定されている。関東一美しい梵鐘と言われています。

3 法堂（はつどう）（国重要文化財）



特別説法

昔は建長寺全体が修行道場であり、僧侶全員がこの法堂に集まって、住持（＝住職）の説法を聞きました。関東で一番大きい法堂とも言われています。

4 方丈（龍王殿）



法堂の後ろには唐門があり、その奥は**龍王殿**と呼ばれる方丈です。方丈の裏手には、庭園があり、池は「心」の字をかたちどり、心字池といわれるものです

三門登楼特別拝観：別途拝観料



三門の登楼は、一般的に参拝できません。普段は立ち入りが禁止されており「特別拝観」のみ上ることが出来ます。

楼上（門の上部）には、釈迦如来・十六羅漢・五百羅漢（修行を完成された人）が安置されており、登楼の際には参拝いただけます。

特別会食場として利用

5 応供楼（1階）又は得月楼（2階）



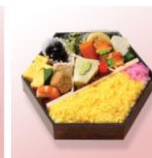
得月とは月の景趣を十分に眺めるとい意味の、宴席も設けられる大変貴重な広間です。

サスティナブル精神から生まれた建長寺発祥のけんちん汁の、特別食体験



「けんちん汁」という名は、**建長寺**の開山**蘭溪道隆**が、野菜の皮やヘタを無駄にしないようにと発案した「建長汁」が訛って呼ばれるようになった（諸説）まさにサスティナブルフードです。

ヴィーガン料理としてもご案内可能な（食）です



昼食手配も可能です

※昼食は、ご希望により別途手配となります（予算もお任せ）です。