

“Zen AM” Zen Meditation by Issho Fujita ~ Kamakura



Overview

Issho Fujita is a Zen practitioner, author, translator, and embodiment of Zen, known for his unique and entertaining zazen (zen meditation) instruction. Issho-san offers a holistic experience including mindful walking, body-mind coordination practice, zazen, and “Zen dining”. This experience includes a unique and fun Zen experience that combines traditional Zazen with Somatic work.

Sales points

- Not only will this deepen physical, mental, and spiritual fulfillment, but also gets to the core of traditional Japanese culture and way of living.
- You can learn how to walk, sit, eat, and breathe mindfully, and how to practice Zen at home.
- Time for valuable dialogue with Issho-san to gain awareness of what you need right now.

General information

- Contact: MITATE
- Business hours: 9:00-17:00
- Homepage: <https://mitate.kyoto/>
- Email: bookings@mitate.kyoto

Tour type

Individual/Group

Target

Interactive/creative cultural experiences

Sales price

Wholesale: 206,000 JPY / Group of 2PAX plus 5,000 JPY for each additional guest

Includes

Activity fee • instruction fee, Lunch box

Meeting point

Tengen-in, Kencho-ji Temple
Kanagawa-ken, Kamakura-shi,
Yamanouchi 8

Directions

15 min. walk from Kita-Kamakura Station

Reservation deadline

Reservation period

Year-round

Time required • Start time

4 hrs. (estimate)

Group size

2-10 pax/group (min/max)

Private

Yes

Languages

■EN □CN □KR □Other:

Guide provided?

Yes (English)

“Zen AM” Zen Meditation by Issho Fujita ~ Kamakura



コンテンツ概要

禅僧であり翻訳者・著者としても活躍する藤田一照さんによる特別な禅体験。坐禅に加え、歩く、食べる、呼吸するなど日常動作を通じて「今、この瞬間」を深く味わう体験です。身体感覚に根ざした独自の指導は、禅を初めて体験する方にもわかりやすく、心身のバランスを整えたい方に最適です。禅堂「天源院」(建長寺内)にて、静寂な空間の中で心と身体を整えましょう。

訪日外国人旅行者向けのセールスポイント

- 身体・心・精神の調和を深めることで、日本の伝統的な価値観や生活哲学を体感できます。
- 歩く・坐る・食べる・呼吸する——日常の動作を通して禅を学び、自宅でも実践できるようになります。
- 一照さんとの対話の時間を通じて、今の自分に本当に必要な気づきを得ることができます。

基本情報

- お問い合わせ先:MITATE
- 営業時間:10:00~18:00
- ホームページ:<https://cultureful.jp/>
- メールアドレス:bookings@mitate.kyoto

対応可能な旅行形態

個人旅行・グループ旅行

ターゲット顧客層

インタラクティブ／クリエイティブな文化体験

販売価格(税込)

卸売価格: 206,000円／グループ
(2名様まで)
※3名様以上の場合は、追加1名様ごとに
5,000円

価格に含まれるもの

体験料・指導料・お弁当

集合場所

建長寺塔頭 天源院(神奈川県鎌倉市山ノ内8)

アクセス

北鎌倉駅より徒歩15分

予約可能期間

実施期間・実施回数

通年

所要時間・開始時間

約4時間

催行人数

2~10名／グループ

貸切対応

有り

言語対応

英語

ガイド

有り(英語対応可)